

తలివైద్యము

(తరగని - మందులపెట్టె)

ఆరోగ్యానికి - తల్లి ఆదేశము

1. ఉపనామ - శాంతి
2. మాటలలో - ఆనందం
3. చేష్టలలో - అహింస

PRAYER

God is my health,

I can't be sick ;

God is my strength, unfailing, quick :

God is my all, I know no fear.

Since God and Love and Truth are here.

డాక్టర్ ఉప్పలూరి పట్టాభిరామయ్య,

జీవసాధన వ్యాయామ కళాశాల,
ఏలూరు.

అంకితము

—(0)—

పూర్వము విజ్ఞాన వికాసాలకు వినయ విధేయతలకు
ఆరోగ్య గౌరవముల పెంపుడలకు ఆధార భూతులై,
నేడు యింటిలో జబ్బు చేసిన ఏమియు చేయ
జాలని వనితా లోకమునకు

విజ్ఞప్తి

తల్లివైద్యము ప్రతియింట నుండవలసిన గ్రంథము. ఆదిని వైద్యమునునది మన చుట్టునున్న మొక్కలతోనే మన యింటిలోని వస్తువులతోనే ప్రారంభమాయెను. ఇంటిలోని వాము, విరియము, దొడ్డిలోని వేపతో చాలవరకు రోగములను యింటిలోని తల్లియే కుదర్చు పీలగును. ఈ నూత్రమును పాటించియే యింటిలోను యింటి ప్రక్కల దొరకు వస్తువులతో మాత్రమే అక్షర నిఘంటువుగ చాల రోగములకు అనుభవ చికిత్సలను వ్రాసి యిందు యిమిడ్చి యుంటిని, ఇది మాలికా వైద్యము కాదు. వీటిని వాడనపుడు "Avoid extremes" అతిసర్వత్ర షర్ట్లయేత్ సకల ధర్మార్థ సుఖముల నాచరించు నపుడు "సర్వధర్మేషు మధ్యమాం" అని వాగ్బటుడు నుడివి యన్నాడు. ఇందుగల చికిత్సలు సాత్వికమగుటచే వాడుటలో హెచ్చు తగ్గులున్నను అపాయము గలుగదు. ఒక దాని వలన ఒకటి రెండు రోజులలో లాభము కనబడనిచో మరియొక దానిని మార్చి వాడనగును.

నీతి నియమముల పాటించుట వలన ఆత్మ బలమును, ప్రాణికాలముననే నిద్రలేచి "జీవసాధన వ్యాయామము" చేసి, చిన్నీళ్ళి స్నానముచేసి, ప్రకృతికి ఎక్కువ దూరము గాకుండ నుండు ఆహార మనో నియమముల వలన యోగత్వమును భోగత్వమును బొందగలము. విశ్రాంతి, ఉపవాసముల వలన శారీరక మానసిక ఉద్రేకములు తగ్గి ఆరోగ్యము గల్గును. సత్సాగత్యము వలన సత్సంకల్పములు పుట్టను స్వధర్మ బద్ధమైన బ్రహ్మచర్యము వలన మానవుని శక్తిసామర్థ్యములు విఃసించును. ఆశను వురికొల్పు ఆనందమును హెచ్చించవలయును. "ఆచారః పరమోధర్మః" అని మునువు

నుడివియున్నాడు. అనాచారమువలన అనేక రోగములు వుండును. అధర్మాచరణమువలన సర్వజన సద్భంగక వ్యాధులు కలుగునని చరకుడు చెప్పియున్నాడు. నవీన వైద్య శాస్త్రము లన్నియు దానినే ఘోషించు చున్నవి.

హింస, దొంగతనము, విపరీత కోరిక, శాండేరుతనము, పరుషవాక్యములను పలుకుట, అసత్యము, అసంబద్ధ ప్రలాపము, ద్రోహచింత లేక వ్యభిచారదృష్టి, పృథ్వగు అలోచన లేక చింత, వ్యత్యాసదృష్టి యీ శతవిధ పాపములను విడువ వలెను.

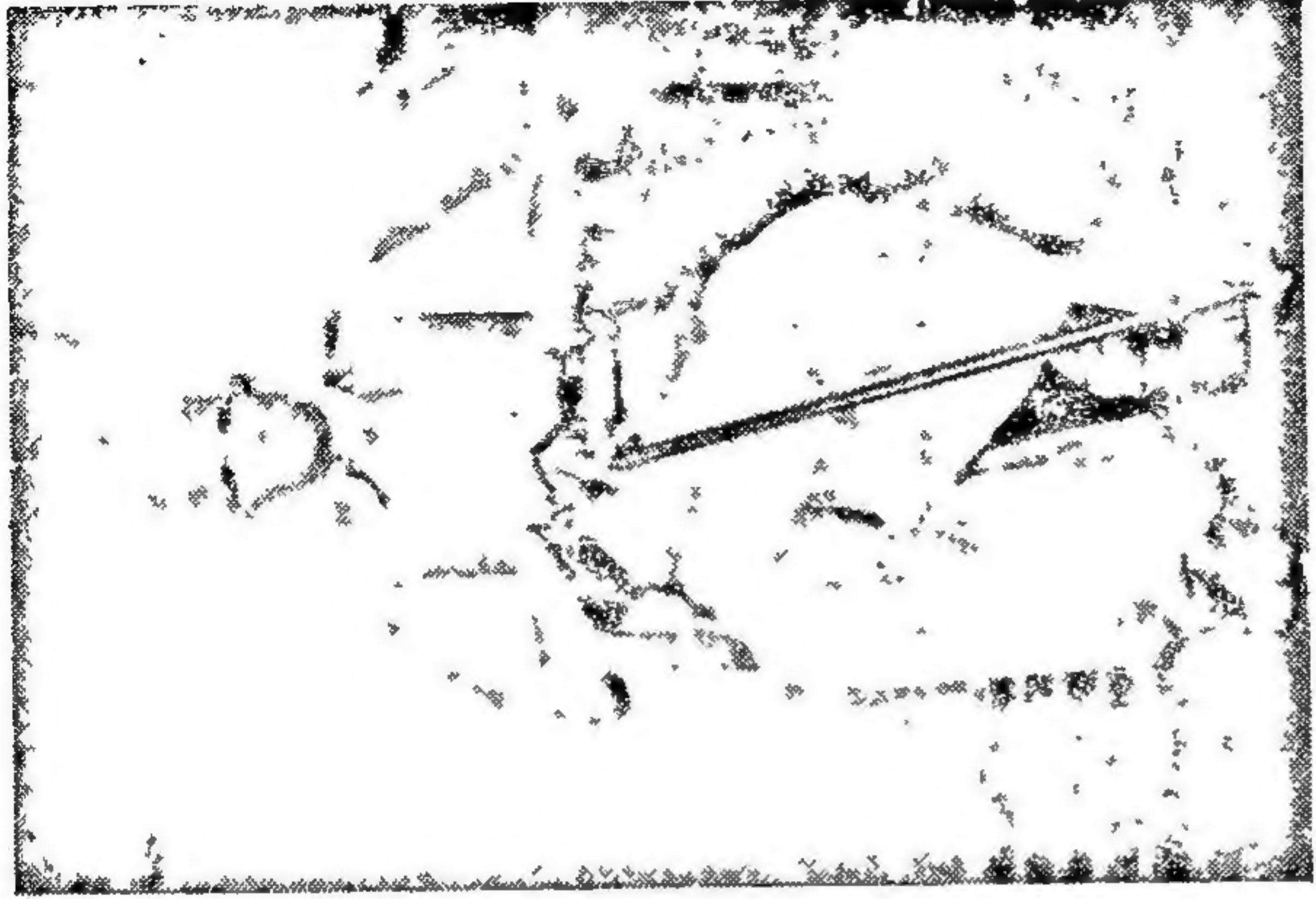
తల్లి ప్రవచనము :- — “ 1. మంచి ఆలోచన, 2. మంచి మాటలు, 3. మంచి పనులు”. వరువకుడు. నేడు అంటుడు రోగమువలె ప్రజలుచున్న సోమరితనమును రావు మావ ప్రయత్నించుడు.

ఎవరికి వారు యీ శీర్షికల చేసికొనుట కంటె యితరులు చేయుట వలన వాటియందు నమ్మకము హెచ్చును. చేయు వారలకు పరోపకార బుద్ధియు; సోమరితనము లేకుండుటయు గలుగును.

ఈ పోతమును అచ్చొత్తించలేక సంవత్సరములు ఊరక నున్నతరి మామిత్రులును, కావునాయకుడును, దీనజన పోషకుడును, యోజనకారియు, నిదానియు, అదృష్టవంతుడును నగు శ్రీయత వుప్పాల గోపాలంగారి పుత్రులు, రామమూర్తి నాయుడుగారు నాకు తగు ప్రోత్సహమును జూపినందులకు నా కృతజ్ఞతను దెలుపుచున్నాను.

వారికిని వారి కుటుంబమునకును మా ఆశీర్వాచనములు.

గ్రంథకర్త.



గ్రంథకర :-
 డాక్టరు ఉవ్వలూరి పట్టాభిరామయ్య గారు,
 జీవసాధన వ్యాయామ కళాశాల
 ఏలూరు.



రాజ పోషకులు :- “జీవసాధన గ్రంథమాల”
 శ్రీ పుష్పాల రామచారి నాయుడు గారు,
 పూర్ణ (మల్కీ-మహమ్మద్ పురం).

తల్లి వైద్యము.



అ జీ ర్ణ ము

1. అల్లపురసము, తేనె సమ భాగములు కలిపి వుచ్చు కొనిన మంచిది.

2. వాము ఉప్పు కలిపి వరగడుపున వుచ్చుకొనవలెను.

3. ఎండు మిరపకాయల కారమును నీటితోనూరి ఉండ జేసి ప్రాణికాలమున, కొద్దిగ వుచ్చుకొన నగును.

4. నల్ల మిరియాల పొడిలో కొద్దిగ పుదీనాపువ్వు వేసి వరగడుపున తీసుకొని కొంచెము నీటిని త్రాగ వలయును.

5 జీవ సాధన వ్యాయామములో చెప్పబడిన సాధన ములు చేయనగును.

6. మునగ ఆకు రసములో కొద్దిగ ఉప్పు కలిపి యిచ్చిన బిడ్డల అజీర్ణము తగ్గును.

7. ఉప్పు, ఆవాలు కలిపి మింగి నీళ్లు త్రాగిన అజీర్ణ వాతము హరించును.

8. ధనియాల రసమును వుచ్చుకొనుచుండ వలయును.

9 పంచదార నీళ్లు వుచ్చుకొనిన కొన్ని రకముల అజీర్ణములు తగ్గును.

10. నారింజ రసము, కొంచెము నీళ్లు, కొంచెము ఉప్పు తేనె కలిపి వుచ్చుకొన వలెను.

11. నేలవేము కషాయమును ప్రతి రోజు ముప్పొద్దు ఇచ్చిన యడల జ్వరము తగిలిన తరువాత ఆకలి కుండుట నివర్తించును.

12. అతివసన సలగగొట్టి వేడి నీళ్ళలో వేసి నాన నిచ్చి ముప్పొద్దుల కొద్ది కొద్దిగా ఇచ్చేది.

అడ్డ గర్తలు

1. ఇవి కనబడిన వెంటనే జముడు పాలను గుడ్డకు వట్టించి పట్టు వేసినయడల అడ్డగర్తలు పగిలి పోవుటయో, అరగాకి పోవుటయో జరుగును.

2. మరి పాలను గుడ్డపైన మందముగ అంటించి పట్టు వేయవలయును.

3. కాకి దొండ ఆకు రసమును గాని, నల్ల ఉమ్మెత్త ఆకు రసమును గాని, వావిటాకు రసమును గాని, దొండాకు డబ్బుపాకు కలిపి తీసిన రసమును గాని, యడమ ప్రక్క గజ్జలలో బిళ్ల కట్టిన కుడి చెవిలోను, కుడి ప్రక్కను అయి నప్పుడు ఎడమ చెవిలోను, యిరు ప్రక్కలను అయిన యడల రెండు చెవులలోను పోయుచుండ వలెను. ఏరోజు కారోజు చెవులు నూనె గుడ్డతో పరిశుభ్రము చేయవలయును.

4. ప్రథమమువనే గచ్చుకాయలోని గంధము తీసి పట్టు వేసివ హరించును.

5. తామర ఆకునుగాని, ముండ్ల తోటకూరను గాని, గొబ్బి ఆకును గాని ఆనవ ఆకును గాని ఆముదముతో వేచి చేసి, కట్టవలయును.

6. ఒక భాగము గంధకము, మూడు భాగములు నూరేకారములను కాల్చి మసి చేసి అందులో కొంచెము రాసున్నము కలిపి పట్టు వేయవలెను.

7. గుంటకలగరాకు మొక్కలను లేక చిగుళ్ళను తెచ్చి అందులో కొంచెము మిరియపు పొడిని కలిపి ఏ గజ్జలో బిళ్ళ ఉన్నదో దానికి ఎదురు ప్రక్క చెనిలో అయిదారు చుక్కలు ప్రతి రోజు ఉదయమున పిండుచుండిన యడల గడ్డలు గూడు కట్టట పోవును.

8. నల్ల ఉమ్మెత్త ఆకు వసరుచు నువ్వులనూనె సమానముగ కలిపి రస మిక్తురు వరకు కాచి ఆ కాచిన నూనెను ఏ వైపున బిళ్ళ యున్న యెడల ఆ రెడల వైపున పోయచున్న యెడల బిళ్ళలు హరించును.

అ తి మూ త్ర ము

1. పరుండ బోవునపుడు కొంచెము మోతాదుతో మొదలిడి పెసర గింజంత క్రిమ క్రిమముగ నల్ల మందు వేసుకొని రాసున్నపు నీరు పాలు కలిపి కాగవలయును.

2. సలసల కాగే వేడి నీటిలో వసుపు వేసి ఆవిరి ముఖమునకు పట్టు చుండవలెను.

3. జాజికాయ వక భాగము, కురసాని వాము రెండు భాగములు, జావత్రి వక, భాగము పెద్ద ములగ అకు వక

భాగము, గంజాయి అకు నాలుగో భాగమును అన్నిటిని నూరి
అర భాగము నల్లమందును కలిపి నూరి కొబ్బరికాయ నీళ్లతో
మూడు దినములు వర్తింది శనగ గింజలంత మాత్రలు వేసి
నలభయి రోజులు ఉదయముననే వక్కొక్క మాత్ర వేసి
కొని తీసి వదార్థములు తినిన నివర్తించును. వాడునపుడు శరీర
పాటవమునకు వ్యతిరేకముగ పని చేయకుండునటల జాగ్రత్త
చేసుకొన నలెను.

4. కసివిడ విత్తుల చార్ణమును తేనెతో యిచ్చిన
కట్టును.

5. తంగేటి వచ్చి పువ్వులను తెలక పిడితో వేసి
కూర పండి వక మండలము అనునమును పుచ్చుకొను చుం
డిన కట్టును.

6. ముడి నవ్వులు, పోతు తాడిబెల్లము నను భాగ
ములు కలిపి దంచి పూటకు తులము చొప్పున రెండు పూటల
వాడ వలయును.

7. పోతుతాటి చెట్టు తీసి కల్లును గాని, బూడిద
గుమ్మడి రసమును గాని కొంచెము వసుపు కలిపి త్రాగు
చుండ వలెను.

8. వచ్చి పెల్లలి పాయల రేకలను మొదటి 1 రోజు
1 రేకతో మొదలు పెట్టి ఎనిమిది రేకల వరకు క్రమ క్రమ
ముగ రోజువారీగా హెచ్చించుచు తరువాత వెనుకకు తగ్గించు
చూ రేకలను తినవలెను.

9. ఆవు చల్లలో నిమ్మరసమును వేసి ప్రతిరోజు
ప్రాతఃకాలమున రోగనివారణ వరకు పుచ్చుకొన నగును.

10. పొడిచువ్వలను పూటకు తులము చొప్పున నీటితో
పుచ్చుకొనవలెను. లేక నమలి తినినను తినవచ్చును. తినుటయే
మంచిది.

11. ఈతపేళ్ళ రసము నాల్గుతులములు రెండు తుల
ములు పంచదార కలిపి ఉదయపు పూటల యివ్వవగును.

12. ఆవుపాలలో పటికి చూర్ణమును కలిపి ఉదయము
ననే పుచ్చుకొను చుండవలయును.

13. నీలిగుడ్డ గోచీ పెట్టించవలెను. బహుమూత్రము
లేగును.

14. వావింట గింజలను, చూర్ణముచేసి కొంచెము
ఉప్పు కారమువేసి వ్రతిపూట అన్నములో వ్రధను కబళములో
తినేది.

15. నిద్రపోబోవునపుడు చిన్న మోతాదులో కల్ల
మందువేసి పిమ్మట కొంచెము రానున్నమునీరు పాలుకలిపి
యివ్వవలెను.

16. వాము, శు॥ జడిగింజలు, కరక్కాయ, 2 భా॥
పదిభాగములు వేసాకు రసమునపండి చూర్ణించి నేవించిన
ఔషధము తీయు వారించును. ఇది చాలా మంచిది.

17. ఉసికపప్పు కషాయమును చల్లతోకలిపి వ్రతిరోజు
నేవించవలెను.

అతిగా మూత్రము బంధిస్తే

1. బొడ్డులో నూరేకారము ముక్కనుపుంచి పైన నీళ్లు
పోస్తూ ఉండవలెను.

2. శేషలిచ్చి, నూరేకారమును పటిక నీళ్ళలో నూరి
త్రాగించవలెను.

అల్పచమానం - రాళ్ళు

ఇసుక పడేనాటికి

1. ముల్లంగి గడ్డల రసములో పంచదార కలిపి
పుచ్చుకునేది.

అతిసారము (విరేచనములు)

1. గచ్చవలుకులు, కరక్కాయ బెగడు, నల్లమందు,
జాజికాయ ఇవి సమభాగములు నూనెనేసి వేయించి తేనెతో
మర్చించి శనగ గింజలంత మాత్రలుచేసి పుచ్చుకొనిన విషూచి
ప్రబలమైన అతిసారము తగ్గుచు.

2. కవిరి, దాచినచక్కను తేనె నూరి ఘోరంక
చేసి యిచ్చుకుడవలెను.

3. నల్లమందు, ఖర్జూరపుకాయ, జాజికాయ ఒక్కొక్కటి
పావులము చొప్పున తమలపాకు రసముతో నూరి
30 మాత్రలు చేసి పూటకు రెండుమాత్రల చొప్పున రోజుకు
మూడుసార్లు చొప్పున నీటితో మ్రింగవలయును.

4. సగమువాడిన నేరేడువండు గుంజను మంచి నీళ్ళలో
వేసి పిసికి రోజూ ముప్పొద్దు ఇవ్వవలెను. జ్వరమున్న వేళలలో
పుచ్చుకొనవలెను.

5. రోగబలిమినిబట్టి ఆహారనియమము చేయవలయును.

అరికాళ్ల మంటలు

1. నల్లేడు కాడను కొంచెము వెచ్చచేసి పసుతీసి మర్దన చేసిన యడల తగ్గిపోవును.

2. వరగడుపున తేనె తులము, నిమ్మరసము తులము, నాలుగు తులముల నీటిని కలిపి త్రాగుచుండిన తగును.

3. సుగంధి, జీలకర్ర, నల్లజీలకర్ర, యాలకు ౪ సమానా చూర్ణించి ఆవు నేతిలో కలిపి రాచేది.

4 మాఫలకాయ, గోరింటాకు. నారింజవేరు, చెక్క మూరిరాచేది.

అరిచేతులలో మచ్చలు

1. కృష్ణ తులసి ఆకురసమున కరక్కాయల గంధంతీసి రాయుచుండిన యడల తెల్లమచ్చలు పోవును.

2. కరక్కాయ బెరడును, చిత్రమాలమును నిమ్మరసాన నానవేసి తీసి కొత్తరసమున నూరి, జాగ్రత చేసుకొని పుంచుకొని ప్రతిరోజునను రాయుచుండిన యడల దురదలుగల మచ్చలు, అంటుడు కురుపులు మచ్చలు మాయమగును.

3. ఉత్తరేణి సమూలం భస్మంచేసి అందులో నాల్గవ వంతు సున్నము కలిపి చిట్లాముదముతో నూరిరాచేది.

అరుచి

1. ఉప్పున కాల్చిన అల్లపుముక్కను అద్ది తినవలెను. అజీర్ణముతో గూడిన ఆరోచకము తగ్గిపోవును.

2. అల్లవు రసములో శేనెను కలిపి పుచ్చుకొనిన కఫముతో కూడిన అరుచి తగ్గును.

3. ఆవాలను నూరి నాభిపైన ప్రతిరాత్రియు వట్టు వేయవలెను.

4. కరక్కాయ కాల్చిన బెరటిని వరుండబోవునపుడు నోట నుంచుకొని రసము మ్రింగుచుండిన మంచిది.

5. భోజనమున వ్రధను కబళమున కాల్చిన శొంఠి పొడుమును ఉప్పువేసి తివలయును.

6. శొంఠి, పిప్పళ్లు, మిరియాలు వీటి సమభాగములు చూర్ణించి కొంచెము శర్కర కలిపి ఉదయ సాయంత్రములు తినుచుండవలెను.

7. అల్లము ముక్కను కాల్చి ఉప్పుకలిపి పుచ్చుకొనవలెను.

8 బొడ్డుపై ఆవాలునూరి వట్టు వేయవలెను.

9. నిమ్మకాయ రసములో, జీలకఱ్ఱ, సైంధవలవణము, అల్లపుముక్కలు, నానబెట్టి ఉదయము, సాయంత్రము పుచ్చుకొనవలెను.

అండ్వద్ధి

1. గుగ్గిలపు పొడిని గోమూత్రము లో కలిపి ప్రాతఃకాలమున పుచ్చుకొన నగును.

2. గోమూత్రములో ఆముదమును కలిపి పుచ్చుకొనిన చిరకాలము నుండియున్న అండ్వద్ధి తగ్గిపోవును.

అంగములో రాత్తు

1. తెల్లజల్లేడు పువ్వును ఆవుపాలలో కలిపి కాచి రోజులు తప్పక పుచ్చుకొనవలెను.
2. వత్తికాయలను కమ్మలో వ్రడికించి గుర్రముతీసి కొంచెము నీటిని కలిపి పుచ్చుకొనవచ్చును.
3. మూడుశేర్ల నీళ్ళలో అర్ధశేరు పెరురపప్పువేసి కాచి అకట్ట నీళ్లను యిచ్చుచుండవలెను.

అంగ బలహీనము

1. తెల్లగన్నేరుపాలు, అక్కలకర్ర చూర్ణముకలిపి రాత్రులు అంగమునకు రాయుచుండవలయును.
2. ఆవమానను పరుండ బోవునపుడు రాచుచుండవలెను.

పెన్నను గోరోజనమును కలిపి యుంచుకొని పరుండ బోవునపుడు ప్రతిరోజును మర్దన చేయవలయును.

ఆని కాయలు

1. జడిమామిడి గింజలోని చమురును ఆనికాయలకు రాయవలెను.
2. జల్లేడుపాలను ఆముదములో కలిపి కాచి రాయుచుండవలెను.
3. మనుష్యుని చెవిలోనిగులిమిని పైనవూరవలెను.

ఆనన గండమాల

1. గంభకం, రసము, సైంధవలవణం సమభాగములు, జిలేడుపాలు ఉత్తరేశివేళ రసంతోను నూరి పైనిరాచేది, పైని శుద్ధి చేయినక్కరలేదు.

ఆర్చకపోవుట

1. కొద్దిరియపు పొడిని వేసిగాని, తేనెను అరతులా వేసిగాని, ప్రాతఃకాలమునను, సాయంత్రమునను, గుమ్మపాలు పుచ్చుకొనవగును.

2. మెంతి బూరెలుచేసి ఉదయముననే పరగడుపున రెండు తిరుపించు చుండవలెను.

3. రాత్రిపూట వేడి అన్నములో వేడిపాలను పోసి తెల్ల నీరులిపాయ ముక్కలువేసి తోడుపోసి ఉదయముననే తిను చుండవలెను.

4. జీనసాధన చేయవలెను.

5. రాత్రిపూట వెండి గిన్నలో చక్రకేళివండు, తేనె వేసి అయిబైటపూచి ప్రాతఃకాలముననే పుచ్చుకొనవలెను.

6. అన్నను ఉదయముననే పరగడుపున తినిపించవలెను. శ్లేష్మతత్వము గలవారికి వనికిరాదు. చాలావేడి తత్వముగల వారికి చాలా మేలుచేయును.

7. ప్రాతఃకాల స్నానము చేయించవలెను. వ్యాయామము

ఇంద్రియనష్టము (వీర్యశృద్ధి)

1. అరటివండులో బొరియక జేసి అందు మురిసాలు పోసి ఉదయముననే పుచ్చుకొనవలెను. చక్రకేళి పండును మంచిది.

2. నాలుగు గురిగిజలెత్తు ఖరతికర్పూరము, వక గురిగింజ ఎత్తు నల్లమందుచు కలిపి ఆమోతాదున మాత్రలు చేసి పుంచుకొని రాత్రి వరుడబోవునపుడు వక్కొక మాత్రను వేసుకొనుచుండిన తగ్గిపోవును.

3. ఒకతులము అతిమధుర చూర్ణమును తేనె, నయ్యి తోకలిపి పుచ్చుకొనవలెను. తమవరి ఆవుపాలను పుచ్చుకొనవలెను. తులమును మూడు రాత్రులచొప్పున వాడుటమంచిది.

4. శనగలను నీళ్లలో రాత్రుల్లు నానబెట్టి ఆ శనగలను నానబెట్టిన నీళ్లలో తేనెను కలుపుకొని త్రాగి శనగలను తినవలెను. పోయిన పూర్వము తిరిగివచ్చును.

5. ఒకతులము వసువు, ఘనీకవన్న వకతులము యిరవయ్యి తులముల ముచినీళ్లలో వేసి కషాయముగబెట్టి అయిదు తులములు అగువరకు మరిగనిచ్చి అందు ఖరతులము తేనె వేసి కలిపి యివ్వవలెను. ఇరవయ్య వారే దోషము వలన కలిగిన ఇంద్రియస్థలనము నివర్తించును.

6. కేణిగో వేయించిన మిశ్రవపప్పును ఆవుపాలలో వెది శర్కర గలిపి పాముసంజేసి భక్షించు చుండవలెను. 40 రోజులకు తక్కువగాకండ పుచ్చుకొనవలెను.

7. గుంటకలగరాకు రసమును ప్రాతఃకాలమున నిత్యము వకమాసము పానముచేయుచు వెంటనే ఆవుపాలు పుచ్చు

కొనుచుండిన బలము, వీర్యము గలిగి నూరు సంవత్సరములు జీవించెదను. 1 తు. రరము $1/4$ పావుశేరు పాలు.

8. గొబ్బిగింజల చూర్ణమును శర్కరనుగలిపి ఆవు పాలతో పుచ్చుకొనవలెను.

9. ఆవుపాలతో యిండువగింజల ముక్కలను నానబెట్టి ప్రతిరోజును పావుతులము చొప్పున తిని పాలు త్రాగుచుండిన నష్టము పోయి పుష్టిగలుగును.

10. ప్రత్తిగింజల పప్పును ఆవుపాలతో వేసి నూరి శర్కరను కలిపి తినుచుండుట మంచిది.

11. ఎండిపోయిన మామిడి పిండెల చూర్ణములో నాలుగురెట్లు పంచదారను కలిపి రోజుకు పావుతులమును పుచ్చుకొని ఆవుపాలను పుచ్చుకొనవలెను.

12. గొబ్బివిత్తము, చింతగింజలు సమభాగాలు మరి పాలలోతడిపి నీడకు ఎండించి నూరి సమభాగాలు పంచదారతో కలిపి ఉదయము, సాయంత్రములు ఆవుపాలతో పుచ్చుకొనవలెను.

13. హరితి కన్నూరములో నాలుగవవఁతు నల్లమందు కలిపి నాలుగైదు గురిగింజలవిత్తు రాతి పకుండతో ౨౪ 'డు పుచ్చుకొనిన ఇ్కదియ స్కలనము కట్టుచు. ప్రతిరోజున పుచ్చుకొనవలెను.

బీజ బంధు

1. జాకాయ, లవంగాలు, కుంకుమపువ్వు, నల్లమందు, ఇవి భాగములు తేనెతో మర్చించి శనగలవలె

మాత్రలచేసి భోజనమయిన తరువాత ఒకమాత్ర సేవించేది.
దీనికి విరుగుడు నిష్కవండ్ల రగము. దీనిని సేవించిన రాత్రి తీసి
వస్తువులు తిని పాలుత్రాగు చుండవలెను.

ఉ ద ర రో గ ము లు

1. పాలలో అల్లపురసము వేసి కొద్ది పంచదారనువేసి
గాని వేయకగాని కాచి త్రాగుచుండిన యడల సమస్త ఉదర
రోగములు హరించును.

2. వజ్జిగలో కలకండ, మిరియాల చూర్ణము కలిపి
పుచ్చుకొని చుండిన పిత్తోదరము శాంతించును.

3. వాము, జీలకర్ర, శొంఠి, పిప్పలి, మిరియాలు
చూర్ణించి సైంధవ లవణమును కలిపి వజ్జిగలోకలిపి పుచ్చు
కొనిన కఫోదరము శమించును.

4. పిప్పలి చూర్ణమును బొంతజెముడు పాలతో తడిపి
ఎండించి వుంచుకొని ప్రతిరోజును అయిదు చిన్నముల ఎత్తు
చూర్ణమును బియ్యపు కడుగుతో ఏడు దినములకు తక్కువ
గాకుండ పుచ్చుకొనిన చిరకాలముగనుండు జలోదరము
హరించును.

5. మిరియాలు, పిప్పలి, శొంఠి, జీలకర్ర, సైంధవలవణం
లవంగం యిది ఒకటొకటి ఒకఫలము లేతగావేచి పొడిచేసి,
ఒకవరకు ఎత్తువంతున ప్రతిదినము రెండు లెడవలు నేతిలో
నైనను చీనీతోనైనను నిచ్చుచు వచ్చిన అగ్నిమాంద్యము,
కడుపునొప్పి గుల్మము, వాతము మొదలగు క్రూరరోగములు
కుదురును.

6 పిప్పళ్ళు 3 తులములు, 8 తులముల మంచినీటిలో నూరి 4 తులములపాలు, 1 తులము నెయ్యి కలిపి ఉంచుకొని రోజుకు మూడుసార్లు పుచ్చుకొనేది.

ఉ మైత్రగింజల వికారశాంతి

1. నాలుగు కీర్ల ఆపుపాలలో నాలుగు తులములు చీనాచక్కర కలిపి కడుపుపట్టిన మాత్రము త్రాగించవలెను.
2. లవణమును ఉడకములో కలిపి త్రాగించవలెను.
3. పైడివత్తి పువ్వులు, కలకండ వీటిని నీటిలోనూరి పానము చేయవలెను.

ఉ బృ స ము

1. నల్లతుమ్మ చిగుళ్లు కొద్ది మిరియాలను నూరి కంది గింజలంత మాత్రలుజేసి పూటకు వక్కొకటి చొప్పున ముప్పాద్దులు తీసుకొన వలయును.
2. వెలులి పాయల రసమును వేడినీళ్లలో వేసి ప్రతి దినమును త్రాగుచుండవలెను.
3. వచ్చిజల్లేడు పువ్వులు వకవంతు మిరియాలు వక వంతు అయిదు గోధుమగింజల యెత్తుగ మాత్రలుచేసి ఆర విచ్చి పుంచుకొని రోగ బలిమినిబట్టి పుచ్చుకొను చుండవలెను.
4. అక్కలకర్ర కషాయమును 2-4 తులములు రెండు పూటల పుచ్చుకొనుచు రావలెను.

5. ఉత్తరేణి సమాల భస్మమును తేనెతో కలిపి యిచ్చుచండిన దగ్గులు, ఉబ్బసము హరించును. ఒక పడ్లగింజ మొదలు రెండుగింజల ఎత్తువరకు మోతాదు.

6. గచ్చపప్పు చూర్ణము వకవంతు, మిరియాలచూర్ణము వకవంతు కలిపి గాజుబిరడాగల నీసాలోవేసి పుంచుకొని 10 గ్రెయినుల చొప్పున రెండుపూటల పుచ్చుకొననగును.

7. బలురక్కసి, సల్లేరు, ఉప్పు కలిపి సేవించిన యడల ఉబ్బసము తగ్గిపోవును.

8. అరటి పండులో మిరియపు చూర్ణము కలిపి తీసి కొనిన చాలాకాలమునుంచి యుండిన కాసరోగములు హరించును.

9. చిత్రమూలపు వేళ్ళను, పిప్పళ్లను చూర్ణముచేసి తేనెలో పుచ్చుకొనిన ఎక్కిళ్ళు శ్వాసకాసలులు మానును.

10. హరితి కర్పూరమును, ఇంగువయును సమభాగములు కలిపి ఎనిమిది గోధుమగి జల పరిమాణమున మాత్రలు చేసి రెండుగంటల కొకమాత్రను మిరియాల కషాయముతో యిచ్చిన దగ్గు, వగర్పు ఉద్రేకములు తగ్గును. తిండి తగ్గించ వలెను.

11. ఉస్త్ర పరుగును వేయించి తినినను, పరుగు చూర్ణమును తేనెతో పిల్లలకు తినిపించనను, పాల ఉబ్బసము తగ్గును.

12. బూడిదను, కొండనాలుకకు నొక్కినను, నల్లజీడి కొండనాలుకకు తగిలించినను, కొబ్బిరనూనెను వెచ్చగా అంటించినను, కొండనాలుక వాలి వచ్చిన దగ్గు తగ్గును.

ఉ బ్బ

1. ఏభయి తులముల పాలలో మూడుతులముల ఆవాల గుండనువేసి కాచి ప్రతిరోజును అనేకసార్లు యిచ్చు చుండ వలయును.

2. పెద్దదూలగుండ వేరు గంధమును వంటికిబూసి వేరు ముక్క వకటి ముంజేతికిని, వకటి శీలమండకును గట్టిన నివర్తించును.

3. కరిదూపము, వెల్లులిని, మూర్కండాకు పసరుతో నూరి పూటకు అరశాలు చొప్పున యిచ్చేది.

4. కసివిందవేరును నూరి లోవలికీ కాయవలయును.

5. గోధుమ రొట్టెలు అప్పడమువలెచేసి తిని వేన్నీళ్లు పుచ్చుకొన వలెను. కారము, పులుపు మానవలెను.

6. నారింజపండ్ల రసంలో ఆవుపాలను త్రాగుచుండిన తగ్గిపోవును. ఆ రోజులలో అన్నము తినకుండ అట్లుచేసిన అదృతముగ కుదురును.

డివిరికొట్టు నొప్పి

1. వెల్లులి పాయల రసమువ ఏకపుల్లి పాయకు కుత్తగా నూరి తేనెతో లోవలి కియ్యవలయును.

2. గలిసి బాగా పీల్చకలిగినంత వరకు పీల్చి నిలువ వుంచ గలిగినంతవరకు వుంచి నెమ్మదిగ వదులుచుండ వలెను. పైన శొంఠినిగాని ఆవాలనుగాని మజ్జిగతో నూరి వట్టు వేయ వలెను.

4. నాలుగు తులముల చన్నీటిలో ఒకతులము తేనె వేసి కలిపి యివ్వవలయును.

5. పరుండబెట్టి కాఫీ యియ్యవలయును.

ఎ లు క (పారిపోవుటకు)

1. జీడిగింజలనుగాని, జల్లేడుకాయలనుగాని ముక్కలు చేసి ఎండపెట్టి పొడిచేసి ధూపము వేయవలెను.

ఎలుక కాటు

1. పత్తికను పులికడుగు పోసి నూరి యివ్వవలయును.

2. గానుగవేరు గంధముతో మిరియాలను నూరి మూడురోజులు యివ్వవలెను.

3. ముప్పివెంట్లకలను నూనెలో తడిపి కాల్చి మసి చేసి గాయములో హారవలెను.

4. చింతగింజలు, కరిధూపము యీరెంటిని నూరి పాతనేతిలో రోగ బలానుసారముగ సేవించిన ఎలుకవిషము నివర్తించును.

5. ఎలక కరచినచోట వెన్ననుపట్టించి పిల్లిచే నాకించిన విషము తప్పక విరుగును.

ఏలిక పాములు

1. బెల్లము నల్లజీడి మెత్తగా నూరి అర గోధుమగింజ ఎత్తు చొ॥ గాని పరుండబోవునపుడు ఒక గింజఎత్తుగాని యివ్వ వలయును.

2. ఆముదపు దీపమున నల్లమందునుపొంగించి ఆము దముతోనూరి పుచ్చుకొనవలెను.

వీనుగకాలు (బోదకాలు)

1. రసభస్మము అరగోధుమగింజలెత్తు, 3 గోధుమగింజల ఎత్తు సురమారాయి భస్మము, ఆరుమొదలు వది గోధుమ గింజలెత్తు వరకు జిల్లేడువేరు చూర్ణమును కలిపి మాత్రలు జేసి వుంచుకొని ఎరిమిది గంటల కొక మాత్రచొప్పున నాలుగైదు దినములు యివ్వవలయును.

2. రత్నపురుష సమూల చూర్ణము యిందుకుసమము పంచదార కలిపి రెండుపూటల నాలుగు అణాలెత్తు మోతా దుతో యిచ్చుచండవలెన.

3. ఆముదము, గోమూత్రము పెద్ద క ర క్కాయ చూర్ణము . కలిపి పుచ్చుకుంటే బోదతగ్గునని భావప్రకాశ యందు చెప్పబడెను.

4. కరక్కాయ చెక్కలమాడ్చి ప్రతిరాత్రి తేనెతో పుచ్చుకొనుచు ఆపుపెన్నను తేనె సమభాగములు కలిపి రాత్రులుబాగా ఆస్థలమున మర్దనచేయు చుండవలయును.

5. కరక్కాయ, తెల్లనిపాలు, శొంఠి, వర, మురగవేరు, సమభాగములు చేర్చి జిల్లేడు పాలతోనూ, తీవరముజేరిన శ్రీ పదరోగము నశించును.

కడుపు నొప్పి

1. మిరియాలు, వామును, ఉప్పును సమభాగములు నొప్పియున్నప్పుడును, అజీర్ణముగాయుండినప్పుడును తినిన తక్షణమేతగ్గును. కొంచెము నీటిని త్రాగవలెను.

2. వామును ఉప్పును కలిపి సమలి నీరుత్రాగవలెను.

3. కొంచెము ఉప్పును నీటిలో కలిపి యిచ్చిన వసు నమై నొప్పి తగ్గును.

4. శొంఠిపొడితో ఎక్కువగా భోజనమును, కాఫీగాని మిరియాలు పాలు పంచదారగాని తీసుకొనవలెను.

5. ఛాతీపై ఉప్పుతో కాయవలెను.

6. సున్నము బెల్లముగాని, కోడిగుడ్డు పొనను అందు కలిపి గాని ఛాతీపై వట్టు చేయవలయును.

7. తేలిక విరేచన సాధన చేయవలయును.

ఎక్కిళ్లు

1. నల్లేరు కాడలను కుమ్ములో బెట్టి ఉడికించి రసము తీసి అందులో తేనెకలిపి యిచ్చిన దారుణ ఎక్కిళ్లు నిలుచును. అరతులము రసము అరతులము తేనె మోతాదు.

2. అల్లపు రసమును తేనెతో కలిపి యిచ్చుచుండిన తగ్గును.

3. చల్లని నీటిని కొద్దికొద్దిగ పోయుటవలన వేడిచే పుట్టిన ఎక్కిళ్లు తగ్గును.

4. గుమ్మడి గింజలను ఆముదపు దీవమున కాల్చి మసి చేసి తమల పాకులతో మడచి తినవలెను.

5. ఉసిరికపవ్వు, పిప్పళ్లు శొంఠి చూర్ణమును చక్కెరతో కలిపి తేనెతో యిచ్చుచుండవలెను.

6 కటకరోహిణి చూర్ణమును తేనెతో కలిపి పిల్లలచే నాకించిన ఎక్కిళ్లు కక్కులుకూడ మానును.

7. యష్టివధుకమా, చక్కెర తేనెతో చూర్ణముచేసి ముక్కున వీల్పించేది.

8. మేకపాలలో శొఠి చూర్ణమువేసి కాచి యివ్వవలెను.

9. నెమలి యీకను కాల్చి దాని పొగను వాసన జూచినచో ఎక్కిళ్లు తగ్గును. దాని మసిని తేనెతో నాలికకు రాసిన మంచిది.

ఎగరొప్పు

1. మిరియాలకషాయమును లోపలికివ్వవలెను. మిరియములు బొడ్డుచుట్టు పట్టువేయవలయును.

2. ఆవపట్టు కేయవలయును.

3. ఆముదము కొంచెము రసకర్పూరము యివ్వనగును.

4. కృష్ణతులసి ఆకురసము తేనెకలిపి యిచ్చుచూరావలయును.

ఎండదెబ్బ

1. నవ్వులనూ నెలలో చనుబాలుపోసి రంగరించి చెవులలోవేసి, వేడివేడి చిట్టుడుకు నీళ్లమీద కొద్ది నెయ్యివేసి కలిపి యివ్వవలయును.

2. నీరల్లిపాయల రసమును వంటికి పూయవలయును.

3. పడగొడ్డు పడినపుడు పీరి విభూతిలోవేసి ఆవిభూతిని జాగ్రతచేసి పుంచుకొని ఎండదెబ్బ తగిలినవారికి మూడువేళ్లకు వచ్చినంత విభూతిని ముంచి నీటిలో వేసి యిచ్చుటవలన తగ్గును.

3. శౌంఠికషాయమును పాలలోకలిపి కొంచెము వంచ దారసువేసి పుచ్చుకొనవలెను.

4. అల్లపురసమును పుచ్చుకొనిన తగ్గును.

5. అల్లపురసముతో తేనెను కలిపి పుచ్చుకొనిన కడుపునొప్పి పైత్యము తగ్గుటయేగాక పడిశెము, విరేచనబద్ధము, శ్వాసకాశము, కఫము నశించును.

6. సీమమిర్చిని నూరి ఎక్కువగా నొప్పి ననుసరించి మింగిన కడుపునొప్పితగ్గును.

కడుపులో బల్ల

1. పుల్ల బచ్చలి దుంప చూర్ణమును వేన్నీళ్లలోవేసి వ్రతిదినమును పుచ్చుకొనుచుండవలెను.

2. భిక్ష కొత్తకుండతెచ్చి అందులో ఉప్పు, జిల్లేడు ఆకులు సమభాగములు వేసి పైన మూకుడువేసి మూసి లోపల ఉప్పు చిటపట అనటమానే వర్ణంతము క్రింద మంట బెట్టి చల్లారిన తరువాత తీసి నూరి అగతులపు మాత్రలుచేసి పూటకు పక్కొక్కమాత్ర చొప్పున వండ్రెండు రోజులు వేడి నీళ్లతో పుచ్చుకొనవలెను. ఇచ్ఛావత్సయము.

3. రుద్రాక్షను చనుబాతో అరుగఁజేసి అప్పుడప్పుడు యిచ్చుచుండవలయును.

4. ములగచక్క రసము, వెల్లులి రసము నాలుగేసి తులములు, వకతులము ఆవాలు కలిపి మేకపాలలోపోసి త్రాగించవలెను. విరేచనమై తద్వారా బల్లకరగిపోవును.

5. నేపాలపు గింజలలోని పప్పును గుడ్డలో మూటగట్టి

పేడలో నుడికించి తీసి వాటిలోని ఆకులను తీసివేసి వకవంతు పప్పును రెండువంతులు కవిరివివేసి నూరిన విరేచనాషధముగ వాడనగును. మోతాదు నాలుగు గోధుమ గింజలఎత్తు. కడుపులో బల్లలుగలవారికి దివమునకు వక గోధుమగింజ ఎత్తు చొప్పున కొన్నిదినములు యిచ్చిన నయమగును.

కన్ను

1. చిల్లగింజను తేనెతో గంధము తీసి పచ్చ కర్పూరమును చేర్చి కన్నులయందిడిన కన్నులు నిర్మలముగనుండును.

2. ఉసిరిక, కరక్కాయ, తాడికాయ యీవర్షలను చూర్ణము చేసి నిమ్మపల్లె రసముతో మర్దించి కణికలను చేసి యుంచుకొనవలెను. కంటికి నీటితో కాటుకబెట్టిన మెడల కన్నులనుండి నీరుకాకుట, తిమిరము మొదలగుకంటి రోగము హరించును. (మాధవనిదానము).

3. పచ్చకర్పూరమును మ్రిపాలలో నూరి రెండు మాసములు కన్నులయందిడిన కంటి యుదలి పూవులు హరించును.

4. గాడిద దవడయందుండు దంతమును గంధము తీసి పెట్టిన స్ఫోటకవ్యాధిలో జనించు కంటిజబ్బులు హరించును.

5. మసగలకు పటికను వన్నీరులో అరగతీసి వేయుచుండవలెను.

6. చనుబాలలో పంచదారను కలిపి వేయుచుండిన పువ్వులు తగ్గును.

7. సీమబాదం వప్పును చనుబాలలో అరగతీసి వట్టు చేసిన కనురెప్పల రోమములు ఊడుట మానును.

8. పావురము యీకను లాగగా వచ్చిన రక్తమును చామ్రులు కంటిలో పెట్టిన ఎర్రగావుండు పటలస్థితి పోవును.

కర్ణ రోగములు

1. ఉత్తరేణి సమూల భస్మమును నూనెలో కలిపి చెవిలో పోయవలయును.

2. చచ్చిన తేలును నూనెలో వేసి కాచి ఆనూనను చెవిలో పోయించుండవలెను.

3. రసకర్పూరమును ఆవు పేడ రసముతో గంధము చేసి పోకులు కుట్టే స్థలమున లేవన మొనర్చిన సర్వ విధ కర్ణ రోగములు పోవును.

4. నీటి పిప్పలి ఆకును కొంచెము ఉప్పు వేసి నూరి ఆ రసమును చెవిలో పోయించుండిన సమస్త కర్ణరోగములు పోవును.

5. ఇంగువ, శొంఠి, ధనియాలు వీనిని ఆననూన యందు పక్వము చేసి చెవిలో పోసిన కర్ణశూల హరించును.

6. సముద్రపు నురుగును ఎండించి న చూర్ణమును చెవిలో బోసిన చెవి చీము, వ్రణము, బంక హరించునని చింతామణియందు వ్రాయబడెను.

కలరా

1. మిరియాల కషాయముతో గోరోజనమును యివ్వ వలయును.

2. గంటకు మూడు గోధుమ గింజల ఎత్తు చొప్పున ఎండించిన జిల్లేడు పువ్వుల చూర్ణమును యివ్వవలయును.

3. నల్ల మందు రెండు తులములు, కారపు గుండ వక తులము, రసభస్మము అర తులము, యింగువ వక తులము, హారతి కర్పూరము, వక తులము నూనె పెనర గింజల త మాత్రల చొప్పున పేడి గంజితో యిచ్చుచుండవలెను.

4. మంచు గడ్డను తరుచు యిచ్చిన వాంతి కట్టును.

5. మిరపకాయలను ముగలమున మాడ్చి అందులో నీళ్లు పోసి కాచి వడపోసి యిచ్చిన దాహము తగ్గి వాంతి కట్టును.

6. నల్ల మందు, యింగువ, మిరియాలు వక్కాక్కటి పావు తులము చొప్పున తెచ్చి యిరవయి మాత్రలు చేసి ప్రితి గంటకు వకటి గాని రెట్టి గాని రోగబలిమిని బట్టి యాయవలెను.

7. మిరియాల పొడి, కారపు పొడి, ౩ తు. నల్ల మందు, హారతి కర్పూరమును నూరి పులి చల్లతో గాని చిట్టుడుకు గంజితో గాని యాయవలయును.

8. వటిక దాచినచక్క పొడి తేనెతో నూరి యివ్వ వలయును.

9. ఎండిన పావురపు రెట్టలను తెచ్చి ఆ చూర్ణమును రెండు మూడు గురివిడ గింజల ఎత్తు తవలపాకుతో తిని పించ వలెను. మిరియాల కషాయము అప్పుడప్పుడు రెండు మూడు సార్లు యాయవలెను.

10. పది గోధుమ గింజల ఎత్తు హారతి కర్పూరము ప్రితి నాలుగు గంటల కొకసారి యిచ్చుచుండిన నయమగును.

కందిరిగ కాటు

1. ఆముదమును లేవము జేసిన విషము హరించును.
2. ఉత్తరేణి ఆకు రసమును లేవము జేసిన విషము హరించును.

కండ్ల కలక

1. పంచదార కుంకుమ పువ్వులు నేతితో కాచి సస్యం చేయుచు, దీని తగ్గిపోవును.
2. ఇండుప కాాయను చనుబాలో అగగదీసి కండ్లకు పైన పట్టు వేయవలయును.
3. నీరుల్లి రసమును గాని నందివర్ధన పువ్వుల ఆకులు కలిపి తీసిన రసమును గాని కండ్లలో పోసిన కండ్ల ఎఱ్ఱలు తగును.
4. నిమ్మరసము తో యినుపపెనముమీద నల్లమందును నూరి పట్టు వేయవలయును.
5. పుగాళను నమలి ఉమ్మిజేసిన కండ్లలో పువ్వులు, కండ్లకలకలు నెమ్మదించును.
6. కరకాయ, బెరడు, నల్లమందు, యిండుపకాయ, జాజికాయ, జావత్రి, లవంగాలు వీటిని నిమ్మరసముతో గంధము తీసి ఉడికించి పట్టువేసిన సమస్తమును కండ్లకలకలు తగ్గిపోవును.
7. ఇరవైతులముల మంచి నీళ్లలో చూడు తులముల పసుపువేసి గోరువెచ్చగ కాచిగాని కాయకగాని అనీటితో కండ్లను కడుగుచుండవలెను.
8. ములగాకురసము తేనెతో కలిపి ప్రతిరోజూ రాత్రి కండ్లకు పెట్టిన సమస్తస్త్రోత వ్యాధులు హరించును.

కామెర్లు

1. కరక్కాయ చూర్ణం తేనె కలిపి ఉబ్బ కామెర్లు యిచ్చిన మంచిది.

2. గుంటకలగరాకు పావుతులము, మిరియాలు పావుతులము కలిపి నూరి దున్నపోతు దూడగల గేదెపెరుగుతో మూడురోజులు యివ్వవలయును. చప్పిడిపత్యం, వేయించిన పువ్వు, కందికట్టు, కందిపప్పు, ఎండుకామెర్లు చాలా మంచిది.

3. దున్నపోతు పేడలో గేదె మజ్జిగను కలిపి ఏడు సార్లు వడపోసి పంచదార కలిపి ప్రాతఃకాలమున ప్రతిరోజును ఏడురోజులకు తక్కువగాకుండ యిచ్చిన వచ్చకామెర్లు నివర్తించును.

4. గచ్చకాయలోని పప్పును మెత్తగానూరి వెన్నతో పొదిగి మూడురోజులకు తక్కువలేకుండా యిచ్చినచో ఉబ్బ కామెర్లు నివర్తించును. ఆవుచల్ల, అన్నం పత్యం.

5. మార్కొండాకు పసరును మంచి నూనెను కలిపి రైయ కామెర్లు యివ్వవలయును. ఇచ్చాపత్యం.

6. చింతపండు పావుతులములో ఐక పావుతులము నున్నమును పొదిగి ప్రతిరోజు ఉదయమున మూడు రోజుల యిచ్చిన ఉబ్బకామెర్లు తగ్గిపోవును. చప్పిడిపత్యం.

7. వావింటాకు పావుతులము, మిరియాలు పావుతులము నూరి మూడురోజులు రెండువూటలా పుచ్చుకొనిన వచ్చ కామెర్లు తగ్గును. చప్పిడిపత్యం.

8. శొంఠి చూర్ణమును ఆవు పాలతో పుకికించి యిచ్చిన యెడల ఉబ్బకామెర్లు నివర్తించును.

9. ఆకు మిరియాలు, తెల్లములగ వేరు అరతులము నూరి మూడురోజులు తెల్లకామెరకీయవలెను.

10. వేవచక్క కషాయములో తేనెకలిపి యిచ్చిన అన్నివిధములగు కామెల్ల తగ్గిపోవును.

11. దుష్టపాకు పగులు మూడుచుక్కలు మాడుపటున వేయిస్తూ ఉండేది.

12. ప్రాతఃకాలమున కొంచెము గేదెపెరుగులో గాని కొంచెము మజ్జిగలో గాని నాలుగైదు గాని కొంచెమెక్కువ గాని గుంటకలగరాకు రసపుచుక్కలువేసి పకవారము రోజులు పుచ్చుకొనవలెను. నూనె గోంగూర పైత్యపు వస్తువులు పగ్గితము.

13. ముదురువేవచక్క కషాయములోగాని తిప్పతీగ కషాయములోగాని తేనెనుకలిపి లోవలికిచ్చిన తప్పక హరించును. పైత్యహరవస్తువుల నెక్కువ తినుచుండవలెను.

14. ఎండిన తెల్లకాకర గింజలోని వప్పును నీటితో అరగదీసి రాత్రిపూట కండ్లకు కలికమువేసేది. రెండుమూడు రోజులు చాలును. పథ్యం : ఆవుపాలలో శొంఠివైది కాది దానితో మాత్రమే అన్నము తినవలెను,

కాలిన పుండ్లు

1. మజ్జిగలో సుద్ద కలిపి రాయవలెను.

2. తడిమన్ను రాయవలెను.

3. పెరుగుమీద తేటలో పాతసున్నమువేసి నూరి రాచినయడల వేడినూనె వడిన పుండ్లుమానును.

4. మూత్రమును ఆరఅరగ రాయటవలన తగ్గిపోవును.
5. మున్నపునీళ్లలో కొబ్బరి నూనెవేసి గట్టి చిలికిన యడల తెల్లగాతయారగును అదిమంచిది. అందు గుగ్గిలపొడుమును కూడకలిపి పాకముగా వంకి రాచినయడల తగ్గిపోవును.
6. కలబంద రసమును వేసి కట్టవలెను.
7. బురదలో ఉప్పువేసి కలిపిపూసిన మంటఅణగి తగ్గిపోవును.
8. తుమ్మఆకులు అశిశఆకులు మాడ్చి ఆవుపాలలో కలిపిరాయవలెను.
9. కాలివెంటనే మేక నెత్తునగాని. కోడిగుడ్డులోని తెల్లసొనగాని రుద్దవలెను.

కాళ్లు, చేతులు

1. అల్లమును బెల్లమును సమభాగములు కలిపి తినుచుండిన అరికాళ్లు అరిచేతులపై పొరలు ఊడడము మానిపోవును.
2. తులమెత్తు ఆవునీయిలో బేడెత్తు మిరియాలను చితుకకొట్టివేసి కాచి ఆనీతితో మర్దనచేసిన కాళ్లు చేతులు మంటలు తగ్గును.
3. రేగి అకును చిగుకకొట్టి కలిలోవేసి శేక నీళ్లలో వేసి చిలికినను అంచుపైన నురుగు వచ్చును. ఆనురుగును అరికాళ్ల అరిచేతుల మంటలకు రాయట వలన శమించును.
4. ఆవు వెన్నలోగాని నేతిలోగాని గోరోజనమును కలిపి దానితో కాలుచేతులకు మర్దనచేసిన పరములకు సత్తువ జేయును.

కాల్గ తీత

1. ఉప్పుతో కాచవలెను.
2. ఇటుకపొడుముతో కాచవలెను.
3. జిల్లేడాకుల రసముతో శొఠిగంధము తీసి వట్టువేసిన యడల వాతముచేత గలిగిన తీతలు నివర్తించును.

కాల్గ మడమల పగుళ్లు

1. పగిలిన మడమలకు మర్రిపాలు పూయవలెను.
2. గుగ్గిలము, బెల్లము, నేయి, మైనము కలిపి రాయుచుండవలెను.

3. నిమ్మరసము, సైంధవలనణము, మేకపాలు, జిల్లేడు పాలు, గుగ్గిలములను వేరువేరుగాగాని అన్నిటిని కలిపిగాని ఆవు వెన్నతో కలిపి రాయవలెను.

4. ఆముదపుసిండితో మడమలను రుద్దుచుండిన తగ్గి పోవును.

5. కొబ్బరి నూనెను కాచి అందు మైనంవేసి ఉడికిన తరివాత తీసి యుంచుకొని మడమలకు మర్దన చేయుచుండవలెను.

6. గసగసాలు, ఆముదాల పప్పును నూరి రాయవలెను.

క్రీళ్ల నొప్పులు

1. నొప్పిగలతావున జెముడుపాలను వట్టువేయవలెను.
2. వేపనూనెతో జిల్లేడు వేరు చూర్ణమును కలిపి మర్దన చేయవలెను.

3. రెండుపాళ్లు నబ్బును, పకపాలు హరితికర్పూరమును

పదహారు పాళ్లు టర్ప్‌న్‌పైను నూనెలో కలిపి కలియచూరగా తయారైన తైలమును వార్దన చేసినయడల సమస్త కీళ్లనొవ్వులు వాపులు, పోటులు, నయమగును.

కుక్క కాటు

(వెరికుక్క అయినచో తగిన సలహా ఉచితము) గవర్నమెంటు ఆనువ్రాకి వెళ్లవలయును.

1. కలబందరము, నూనె, సైంధవలవణము సమ భాగములు జేర్చి కాచి చప్పిడి పత్యమున అయిదురోజులు యివ్వవలెను.

2. జల్లేడుపాలు, బెల్లము, నువ్వులనూనె సమ భాగములు కలిపి యియ్యవలెను.

3. ఎర్రటి కోడికెట్టచు కాటుపై వేయవలెను.

కురుపులు (గజ్జి చూడుడు)

1. మంచిగంధములో రసకర్పూరమును కలిపి పూసిన అణగి పోవును.

2. ఆముదములో శొంఠిని నూరి రాయవలయును.

3. పిండికట్టుగాని తెలగపిండి మజ్జిగలో వుడికించిగాని కట్టుకట్టవలెను.

4. పులిబచ్చలాకు కొద్దిగ ఉప్పువేసి నూరి కట్టు కట్టవలెను.

5. కలబంద గుజ్జి కట్టవలెను.

6. దొండాకు పసురున మైలతుత్తమును అరుగదీసి రాయవలెను.

7. ఆముదము నున్నము, వెలిబూడిద, చనుబాలు
గాది కలిపిరాయవలెను.

8. పెద్దకుడుపులుగా నుండిన పిండివుడికించి కటుచుండ
వలెను.

9. గడ్డతేలి పగిలేవరకు అవిశఆకు నేతిలో పెచ్చచేసి
కట్టవలెను. చితికిన తరువాత ఆముదములో పెచ్చచేసి కట్ట
వలెను. దీనివల్ల మానును.

కు సు మ

1. నాగకేసరములు ఒక తులము, మిరియాలు రెండు
తులములు అల్లపురసముతో మర్దన చేసి శనగలంత మాత్ర
లిచ్చేది. (యునాని.)

2. ఈత చెట్టు వేళ్ళ రసము నాలుగు తులములు, పంచ
దార తులము, జీలకఱ్ఱ అరతులము కలిపి అయిదు రోజులు
యిచ్చిన యెడల రక్తకుసుమ నివర్తించును.

3. ఎలుక పెంటికలు ఆవునాలలో వేసి కాచి వడబోసి
రక్తకుసుమలకు యివ్వవలెను.

4. నాలుగు తులములు మామిడి చెక్కరసము, అర
తులము కవిరి కలిపి యిచ్చిన తెల్లకుసుమ నివర్తించును.

5. గుంటకలగరాకు సమూల చూర్ణము, వాము
చూర్ణము, గుంటకలగరాకు రసముతో నూరి రక్తకుసుమల
కివ్వవలెను.

6. పంచదార, జీలకఱ్ఱ చూర్ణముచేసి, వే యిం చి న
శనగపిండి కలిపి ఉదయమున ఆవునేతితోను, రాత్రి వెన్న
తోను యిచ్చిన యెడల రక్తకుసుమలు నివర్తించును.

7. తావర తూడు ముక్కలు ఆవు నేతితో పూటకు ఒక తులము వేయించి ఆవు పెరుగు అన్నం వత్సంతో యిచ్చుచుండిన యెడల రక్తక్షయము నివర్తించును.

8. పెద్ద సోపు చూర్ణము చేసి నేతితో కలిపి యిచ్చిన తెల్ల కుసుమ నివర్తించును.

9. కుగంజివాము, గరుగసాలు, మిరియాలు, యర్వి కలువ దుప్ప చూర్ణము యివి మృదూనానో నూరి ఆరు మాత్రము చేసి మూడు రోజులు యిచ్చా వత్సమంతో యిచ్చిన రక్త కుసుమ నివర్తించును.

10 పక్షిక పొడి ఒకటిన్నర తులము, చలన మిరి యాల చూర్ణము ఆరు తులములు కలిపి తొమ్మిది మోతా దులు చేసి రోజుకు మూడు పూటలు వొక్కొక్క పొట్లం వొక్కొక్క రోజు సేవించవలెను.

11. మంచినీళ్ళు రెండు భాగములు, రాసున్నపునీరు వక భాగము కలిపి యోగలోనికి పిచ్చికారీ చేయవలెను.

12. వ్రోజునూ ఆవునేతితో పెద్దసోపు చూర్ణము అర తులము పుచ్చుకొనవలెను.

13. ముదురు మామిడి యెక్క- రసము నాలుగు తులములు, నూనె 7 బొట్లు, సున్నం 4 బొట్లు కలిపి రోగ బలి మిసి బట్టి పూటగాని రెండు పూటలు గాని త్రాగించుచుండిన సమ కుసుమలు హరించును.

14. వందార వేరు నూరి నువ్వులనూని గలిపి యిచ్చిన రక్తస్రావము కట్టను.

15 సూరేకారము పది గోధుమ గింజలెత్తు, అయిదు గోధుమ గింజలెత్తు పటికి, నీళ్ళలో కలిపి రోజుకు మూడు

పూటలు యిక్కవలయును. వీనిని మనగచెక్క కమాయముతో యిచ్చిన యెడల బాగుగా వనిచేయును.

క్రిములు (విరేచనము)

1. వాయు విడంగములను కలితో నూరి, ఉసిరి కాయంత ముద్దను ప్రాతఃకాలమున వరగడుపున సేవించు చుండిన క్రిములు నశించును.

2. వేపాకు, ఇగువను నూరి తేనెతో కలిపి పుచ్చు కొనిన తగ్గిపోవును.

3. కొబ్బరి కాయనీళ్ళను, తేనెను కలిపి పుచ్చుకొనిన తగ్గిపోవును.

4. ఆనపకాయల గింజల చూర్ణమును మజ్జిగతో కలిపి పుచ్చుకొను చుండిన క్రిమి నశించును.

5. వాము, బెల్లము రోజుకు ఒకటి రెండుసార్లు తిను చుండిన క్రిములు నశించును.

6. మోదుగ గింజలను సన్నగ చూర్ణించి తేనెతో రెండు గురిగింజల ఎత్తు పుచ్చుకొనిన గర్భ గత క్రిములు నశించును.

7. కురసానివామును రాత్రిపూట నీటిలో నానవేసి ఆనీటిని ఉదయమన కొంచెము బెల్లముతో పుచ్చుకొని కొంచెము సేపాగి ఆవామును మింగిన కొద్దగత క్రిములు క్రింద పడును.

8. నాడాపాము:- ఇవి కడుపులో వానపాములవలె పొడుగుగా పెరుగును. 5 తులములు దానిమ్మ చెట్టు పచ్చి వేరు చెక్కను, నూరు తులముల నీటిలో వేసి ముప్పావు

శేరు వరకు ఇగరకాచి దానిని అరగంట కొకసారి 2 తులముల కషాయము చొప్పున రోజంతయు యిచ్చిన నాడా పాములు పడిపోవును. ఆరోజున అని పడనియడల మూడుతుల అముదమును మరుచటి ఉదయము వుచ్చుకొనిన చచ్చి పడిపోవును.

కుక్క - నక్క కాటు

1. దుష్టువేరును మిరియాలను చూర్ణించి సమభాగములు నేయి, నూనె కలిపి త్రాగించవలెను.

2. ఉత్తరేణి నమూలము ఎండించిన చూర్ణమును జేనెతో ఎక్కువకాలము లోనికీర్వవలెను.

3. వేపగాని, జమ్మిగంధమును గాయముమీద వేసి ధ్రావయవలెను. ఆ చెక్కలనూరి గాయముమీద కట్టవలెను.

పిచ్చికుక్క కాటు

1. నెయ్యి కలబందరగమును కలిపి కొంచెముకాచి చల్లారిన వెనుక కొంచెము సైంధవ లక్షణమును కలిపి మూడు రోజులు ఉదయము సాయంత్రములు త్రాగించవలెను. కఠినవత్సరం-నేయించిన ఉప్పు, ఆవుచల్ల పాతబియ్యపు అన్నము, నేయి, బీరకాయ, అనపకాయ కీనవచ్చును.

కొంకు దెబ్బ

1. కలబందమట్ట, పసుపునూరి కట్టవలెను.

2. నూనెలో నల్లమందును కలిపి కాచి నిమ్మకాయ బద్దను అందుముంచి శమనగ కాచవలెను.

కు షు ట

1. హారతి కర్పూరము మూడు గురివింద గింజలవెత్తు, నల్లమందు ఒక గురివిందగింజ వెత్తు కాలోమెల్ ఒక గురి విందగింజ వెత్తుకలిపి నిద్రకుబోయే సమయమున యిచ్చు చుండవలయును.

2. వసపాడిని బ్రహ్మదండితకు రసమున కలిపి పైన మర్దన చేయవలయును.

3. మూడు కరక్కాయలలో గింజలను తీసివేసి కొద్ది వెచ్చచేసి, పాడిచేసి ఉదయం, సాయంకాలముల చొప్పున నలభయి రోజులు సేవించవలెను.

4. వీశెడు పొగాకును నాలుగుశేర్ల నీళ్ళలో వేసి కషాయముగ కాచి దించి లవంగాలు, యాలకులు, తెల్ల కఱిరి, దాదివచెక్క తులము చొప్పున సమభాగములు ఆ కషాయమున దించి రాయుచుండవలెను.

5. నుగంధివేళ్ళపాడి అర్ధశేరు, ఆవునేయి అర్ధశేరు కలిపి పాకముగవండిన పదిహేను రోజులకు సరిపోవును. అటుల యిచ్చుచుండవలయును. పులుసు వజ్రతము; కాక పదార్థములు కూడదు.

6. నల్ల ఉమ్మెత్త వేదనుగాని, అకును మొండించిన గాని లేక ఆకు రసమును మొండించిన మూర్ణమునుగాని చేసి పుంచుకొని గోధుమ గింజలో నాల్గవంతు వెత్తు పా వ్యతిరేకము చేయకుండునటుల చూచుకొనుచు మో హెచ్చించుచు పదిరోజులు రాత్రులు నీటితో వ

వదిరోజులు మానివేయుచు కొంతకాలము పుచ్చుకొనవలెను. పైత్య పస్తువులు, నూనె మొదలగునవి వర్జితములు.

7. గనుగ ఆకులు, చిత్రమాలపు ఆకులు, మిరియాలు ఉప్పు పీటని నూరి, పెరుగుతో నిచ్చిన సమస్త కుష్టులు పోవును.

8. మొదట శరీరమునకు నూనెను రాచి, తరువాత రేలాకులు, కామంచి ఆకులను వజ్జికతో నూరి నలుగు పెట్టుచుండవలెను.

9. వేప చిగురటాకులు మూడు, అయిదు మిరియు మూల చొప్పున నూరిన మద్దను గచ్చగాయ మొదలు కర కాకాయ వరకు మోతాదతో ఉదయపు పూటల కొన్ని మాసముల వరకు పుచ్చుకొనిన దారుణ కుష్టులు సైతము నివర్తించును.

10. బ్రహ్మజముడు మ్రానులో ఒక రంధ్రముచేసి అందులో వచ్చి పసుపుకొమ్ము పూచి, రంధ్రమును దాని మ్రానుకర్రతోనే పూడ్చి, యేడు దినములు పుండనిచ్చి, యెనిమిదవరోజున తీసి అరబెట్టి దానిని నీళ్ళతో గంధముతీరి పూయుచుండిన శ్వేతకుష్టు, తెల్లపొడలు, మచ్చలు మూనును.

11. నల్ల గోరింటాకును వజ్జికతో నూరి దేహమునకు తరుచు పూయుచుండిన రొమ్ముపై పొట్టపిండ్లవలె పొట్టు రాలు కుష్టు నివర్తించును.

12. పావుశేరు వేపనూనె, పావుశేరు తేనెను కలిపి ముగ్గురతికర్పూరపు బిళ్ళలను కలిపి నూరి కలిపి పోసి పుండుకొని ఉదయ సాయంత్రములు గాదున నలభయి రోజులు పుచ్చుకొనవలెను.

ఈమందు మొదలు పెట్టక పూర్వము విశేషనములకు ముందు
పుచ్చుకొనవలెను.

కురుపులు (గజ్జ)

1. పుగాకను నూరి రాచిన గమస్త చర్మరొగములు
పోవును.

2. గానుగ కాకులలోని పప్పును నీళ్ళతో అరగచీసి
పూయవలెను.

గర్భము నిలబడుట

1. ఆవుపాలతో తెల్లవాకుడు సమూలమును నూరి
బయటవున్న నాలుగురోజులు పుచ్చుకొనవలెను.

2. నూరేకారము రెండు చిన్నమూలు, ఒక తలనూ
పంచదార, అరటి చెట్టలోని నీరు పోలెడు కలిపి ఋతు
దిశమలలో లోపలి కీచువలయును.

3. మాదీఫలపు గింజలను, ఆముదపు గింజలను నూరి
నీళ్ళతో మిళితము చేసి పుచ్చుకొనిన గర్భవతి యగును.

4. ఒక మాదీఫలము యొక్క పండులోని గింజలన్నిటిని
పూర్తిగా పాలతోనూరి ఋతుస్నానము రోజున పుచ్చుకొనిన
గర్భము నిలచుటయేగాక పుత్రుడు సంతానముగూడ గలుగును.

5. ఒహిష్ఠ్యరోజు మొదలు నాలుగురోజులు కాకరాజు
పదరను నూనెతో కలిపి పుచ్చుకొనిన సంతానము నిలువ
కండా పుండినచో గాఢముని ను.

6.

లిపి రోజుకి

ఒక తల
వలయును.

తిన

గర్భస్థావము (మాత్రపిండము పడటకు)

1. కొద్దిపాటి తీపికల్లును (నీరా) నూర్యోదయాత్పూర్వము పుచ్చుకొననగును. విశ్రాంతి లేక కడుపునొప్పి యుండిన కొద్దిపాటి నల్లమందును వేయవలెను.

2. వెలిగారమును పొంగించిన చూర్ణమును దాచిన చెక్క చూర్ణమును కొంచెమును కలిపి వేడిగంజిలో వేసి గంటగంటకు యివ్వవలయును. గర్భము బలము చాలక గ్రసము గలుగునపుడు యిచ్చుట మంచిది. మత్తువ కార్థముల నీయకూడదు.

3. శొంఠి, వెల్లులి నూరి నీటిలో లోవలికి పుచ్చు కొనిన మృత పిండము పడిపోవును.

4. పాలలో పత్తికకు రసము కలిపి యిచ్చిన గర్భములో చచ్చినపిండము బయటకు పడును.

5. మోదుగ విత్తులను నీళ్ళలో నూరి త్రాగించిన పిండము బయటపడును.

6. పత్తికకు రసమును పాలలో కలిపి పుచ్చుకొనిన చచ్చినపిండము వెలికి జారును.

గన్నేరు విష వికారశాంతి

1. పటికీబెల్లపు చూరమును నీళ్ళలో కలిపి పానము చేయవలయు.

కలిసి

గవదబిళ్లలు

1. అవిసిఆకు వసకును దట్టముగ గవదలమీద వట్టిచి
దూదిని పైన అంటించవలయును.

2. నీళ్ళతో జాజికాయనునూరి వట్టిచవలయును, చెవి
వెనుక లేచెడు వాపుబిళ్లలకుకూడ చాలమంచిది.

3. నల్ల ఉమ్మెత్తాకుల చిక్కనిరసము గాలిబిళ్లలను
హరించ జేయును.

4. నల్ల మందు, హరితి కర్పూరము సమభాగములు
కొబ్బరినూనెతో కలిపి రాయవలయును.

5. మర్రిపాలతో సాంబ్రాణిని, హరితి కర్పూరమును
నూరి వట్టు వేయవలయును.

6. కొంచెము ఆముదమును లోనికిచ్చి గవదలవాపుపై
ప్లానలుగడ్డ కట్టవలెను. కొబ్బరినూనెతో కొంచెము హరితి
కర్పూరమును నల్ల మందును కలిపి వూయవలయును.

గాయములు

1. ఆముదమున దూదితడిపి గాయమున కూరి ముగ్గు
పైనవేసి కట్టు కట్టవలెను.

2. రాక్షసిబొగ్గు గుడ్డమసి కలిపి కూరవలెను.

3. పంచదారకూరి పైన కొద్దిగ పంచదార వేసి
కట్టవలెను.

4. ఉప్పు కలవకుండా మిరపకాయలకార

5. వస, వాముపొట్టు, కరక్కాయబెర
వేరుగ దంచి కలిపి నూనెలో ఉడికించి కట్ట

6. పటికపొడుము గడ్డనుసి కలిపి నూరి కట్టవలెను.

7. పొన్నగంటిఆకు వనరు గాయముమీద పిండవలెను.
లేతఆకు నూరి గాయముమీద కట్టవలెను.

8. పరిశుభ్రముగు తెల్లటి గడ్డనుసి పసుపు కలిపి
కూరుచు కేపాకు కషాయముతో కడగవలెను.

గుండ్లెరు

1. నిమ్మకాయ రసమును స్తీలిలో కలిపి కొంచెము
ఉప్పునుగాని పంచదారనుగాని అందువేసి త్రాగుచుండవలెను.

2. వేయించిన జీలకఱ్ఱ పచ్చిజీలకఱ్ఱ సమభాగములుగ
కలిపి ప్రతి ఉదయము నను అరతులము మోతాదుతో తిను
చుండ వలెను.

3. అల్లస, మక్కను కాల్చి ఉప్పుతో ప్రాళికాలా
ముననే తినుచుండవలెను.

4. ప్రాళికాల ఉదకపావము చేయవలెను

5. వాయు వ్యాయామములు చేయుచుండవలెను.

6. ఆప మొదలగు ఉత్తేజకర పదార్థములను, కోవము
వాగ్వాదములను, సుభోగములను మానవలెను.

గురక

మూడ్చిన పొడుమును చిన్నకాల్చు చొప్పున
కలుపు కలిపి రోజుకు పిల్లలకు పట్టించిన గురక

గం డ మాల

1. చేవకూనకు మెడమట్టు పూకువలెను.

2. ఉలవలు 4 తులమాల, చిరికూలు 4 తులమాల,
ఇంగువ తులము. 30 తులము, నీళ్లతో కలిపి 8 వ వలతు
ఇగురువరకు కాచి ప్రతిఉదయమున వుచ్చుకొనవలెను

3. గంధకము - పాదశము - సైధవలవణా సమభాగ
మాల నూరి జిల్లేడుకాలతో ఉమ్మెత్త వేరుశముతోను
మర్దించి గంధకమాలకు పూయవలెను.

గు ల ను

1. నువ్వుల నూనెతో జిల్లేడు వువ్వులను వేయించి
పాపులము మోతాదుతో ఇచ్చుచుండ కలయును.

2. మజ్జిగతో బలరక్కసివేరు అరకులము నూరి ప్రతి
పూట ఇవ్వవలెను.

3. బిడాలవణము, వాము. వజ్జిలో నానవేసి వుచ్చు
కొనవలెను.

4. వామా, బెల్లము పక్కొక్కతలము లవణము
కొద్దిగ కలిపి వజ్జిగతో మర్దించి కలిపి వుచ్చుకొనిన గుల్మ
ములు హరించును.

5. కల్లమును ఇంగువ సమభాగమాల నూరి పెరర
గింజంత మాత్రలుజేసి ఆపువెన్నతో పకటిరెడు పూసములు
సేవించిన రక్తగుల్మములు హరించును.

గ్రహణి

1. గేదిపెరుగులో వేడిఅన్నమును వేసికొని తినవలెను.
2. నీరుల్లి పాయలో ఒక గోధుమగింజ ఎత్తు నల్ల మందు బెట్టి కుమ్మలో ఉడకబెట్టి తినవలయును.
3. ప్రతిఆకు రకము రెండుచూడు తులముల ఎత్తు పుచ్చుకొనవలయును.
4. మెంతులు పెరుగులో రాత్రిపూట నానవేసి ఉదయముననే పుచ్చుకొనవలయును.
5. తంగేడిచెక్క కషాయము కాచి ఇవ్వవలెను.
6. కరక్కాయలోని పప్పు, శొఠి వెచ్చచేసి తేనెవేసి పుచ్చుకొనవలయును.
7. నీరుల్లి పాయలు ముక్కలుకొసి నూనెలో వేయించి పెరుగుతో పుచ్చుకొనవలెను.
8. నల్లమందు, కస్తూరికలిపి మాత్రకట్టి రోగబలిమిని బట్టి ఇవ్వవలెను.

గొంతుకు బొంగురు

1. మిరియాలు కొంచెము బద్దలుగా కొట్టి పటిక బెల్లముతో నోట ఉంచుకొని దాని ద్రవమును మింగు చుండవలెను.
2. బెల్లపు పాకములో మిరియాల పొడివేసి పాకము బట్టి ఉండలు చేసి ఉంచుకొని అప్పుడప్పుడు ఒక ఉండను బుగ్గను ఉంచుకొని వలెను.
3. లవంగాలు కాల్చి బుగ్గను ఉంచుకొని కొద్ది కొద్దిగా నమిలి మింగు చుండవలెను.

గోరుచుట్టు

1. నివృత్తాయకు రంధ్రము చేసి గోరుచుట్టు వ్రేలిని అందులో నుంచి కట్టు కట్టవలెను.

2. పారాణి కట్టి నీరు పోయించుడ వలెను. మధ్య మధ్య సీతాఫలపు ఆకును ఉప్పు వేసి నూరి కట్టవలెను. కణుపు జిప్టకు కూడ మంచిది.

3. జిల్లేడు పాలను గోరుచుట్టు మీద పొడిచి ఆర బెట్ట వలెను. ఇటుల రోజుకు రెండు మూడు సార్లు చేయవచ్చును.

4. దుంపరాష్ట్రము నూరి కట్టవలెను

5. పుల్ల బావిలాకు ఆముదమున పెచ్చుచేసి నూరి కట్ట వలెను.

చత్వారము

1. పిండి కరక్కాయలు పంచదార సమ భాగములు నూరి కంటితో పెట్టేది.

2. కసింద ఆకు రసములో కొంచెము ఉప్పు కలిపి వేయు చుండవలెను.

చనుకుదురు

1. బలు రక్కసి వట్ట చిదగగొట్టి కట్టవలెను.

2. వావింట వేరు కలితో నూరి లోపలికివ్వ వలెను

3. ఆపు నెయ్యి వేసి ముదురు దావ్యపు వేరును నూరి రాయుచుండవలెను.

4. కలబంద మూలమును, పసుపును, నూరి రాసిన

మొదల చనుకుదుకు పోవుటయే గాక సమస్త స్థల రోగములు మానును.

5. నూనెతో ములగ పువ్వును వేయించి నొప్పికివ్యవలెను.

6 దువ్వపాకు నూరి అపు వెన్నతో పూసిన చనుకుదుకు తగ్గిపోను.

చను మొనలు పగులుట

1. కవిరిని నీళ్లలో నానకేసి ఆ నీళ్లతో కడిగి అముదమును రాజేడి. బట్ట రాపిడి పనికి రాదు.

చిగుళ్ళ పెంట నెత్తురు

1. నీలలిపాయను మెత్తగా నూరి రోజుకు రెండు సార్లు వండను తోమొ చుండిన నెత్తురు కాయలు పూసిపోవును.

2. ఒక వంట నల్ల జీడిగింజులు అంతకు మునుపే రోజు ఉప్పు పిడకతో పోసి పైన పొరతవేసి చుట్టచు పిడకలు వేసి పురము వేసి మరునాడు వాటిని తీసి మెత్తగా నూరి యంచు కొని రోజుకు ఒక సారి రెండు సార్లు తోమొ చుండిన చిగుళ్ళ పెంట నెత్తురు కాయలు కట్టటమే గాక సమస్త విధములగు వండ రోగములు తగ్గిపోవును.

3. తువ్వకెక్క పొడి. తొగకు చెక్క పొడి. శొంఠి పొడి, కొంచెము పంచదార తగు మార్పులు నీరు నున్నపు పొడి కలిపి పండ్లు తోమొ చుండిన సమస్త వంటి రోగములు తగ్గిపోవును.



ఉత్పత్తి

పూయవలెను

3. యిరియూలు, ఉప్పు, గానుగ ఆకు
మూలపు ఆకులు కలిపి రాసిన మెండి చిదుము కూడి
మగను.

4. నాగమల్లి ఆకు నిమ్మకాయ రసమున నూరి రాయ
వలెను.

5. శల్ల ఉమ్మెత్త ఆకు రసము పూయవలెను.

చెమట

1. నుంచి గంధము, తేనె కలిపి యిచ్చిన యడల
తావము, చెమట లెగురు.

2. కాళ్ళకుడి చేతుల నుండి చెమట అధికముగా
కారుచున్న యడల వనుగు లద్దె రాచినయడల తగ్గిపోవును.

చీమలు

గంధకపు పొడిని ఆతావున వేసిన చీమలు పోవును.

చెవి పోటు

1. నీటి పిప్పలి ఆకులో కొద్దిగా ఉప్పు వేసి నూరి
ఆ రసమును చెవిలో పోసిన సమస్త కర్ణ రోగములు పోవును.

6. పండు జిల్లేకి ఆకులకు నేయి రాచి నివ్వు మీద వెచ్చ చేసి రసమును చెవిలో పిండవలెను.

7. కందదుంప నున్నము నూరి గుడ్డలో వేసి రసము పిండవలెను.

8. ఉత్తరేణి సమూలము భస్మము చేసి నూనెలో కలిపి చెవిలో పోసిన కర్ణ రోగములు నివర్తించును.

9. వేక పంచితము చెవిలో పోసిన కర్ణశూల అనగా చెవిపోటు నయమగు.

10. సముద్రపు నురుగు చూర్ణమును చెవిలో పోసిన చెవి చీము, వ్రణము, బంక హరించును.

11. వెల్లలిపాయల రసము గాని వెల్లలిపాయలు వేసి కాదిన నూనెగాని చెవిలో పోసిన పురాణ చెముడు, చెవినొప్పి మానును.

12. ఒక వంతు వసుపు, ఇరివై వంతుల పటిక రెండూ చూర్ణము చేసి కలిపి చెవిలోనికి వ్రాదిన చాలా కాలముగా మండిన రసి, చీము కారుట కట్టును.

13. నీరులిపాయ రసముగాని వీటి నడుమ నుండు పాయ ఉడికించి తీసిన రసముగాని పోయవలెను.

14. దుద్ర జగడాకు వరుగు వేసేది. ఇంతిపువ్వు రసము పోయవలెను.

15. పొగాకును స్థిలో కలిపి అనీటిని చెవిలో పోసి, చెవిలో మంట, చీము మానును.

16. ఆముదము, మంచి నూనె కలబఁద వలుకులు వండి చెవిలో పోసిన సమస్త కర్ణ వాతములు కుదురును.

చె ము డు

1. ఇంగువ, శొంఠి, సైంధవలవణం నూనె లెల్లావాల నూనెతో కలిపి కాచి చెవిలో పోయవలెను. పోటుకూడా పోవును.

2. సైంధవ లవణమును మేకమూత్రమున కలిపి కాచి పోయవలయును.

3. జల్లేడు ఆకులు పండువితెచ్చి నేయిరాచి నిప్పుల మీద చేతులతో బాగా వెచ్చిచేసి కాచి రసముతీసి కొద్దిగా వుండగనే చెవిలో పోయవలెను.

4. నీటిపిప్పలి ఆకురసమును చెవిలో పోయవలెను చాలా ప్రశస్తమైనది.

5. ఆవు పంచితముతో మారేడు పండును నూరి అందులో కొంచెము నీరు, మేకపాలు, నూనెకలిపి కాచి చెవిలో పోయవలెను.

6. నువ్వులనూనె తలము, జల్లేడాకులరసము తలము.

కాచి చెవుడున్న చెవులలో మూడుపూటలు పోసిన త్త పోవును.

7. వ్రజ్జి గింజల నూనె తీయించి ఆ నూనెలో ఏడాకులు పొన్నచెట్టు వేరువేసి కాచి చెవులో పోయుచుండ వలయును.

8. చిరువల్లె గాకుల రసం తీసి పోయవలెను.

బెలుబు (రొంప) (వడిశము)

1. నీటిని మరగ కాచి పనుపు వేసి అది ముఖము నకు వట్టి వలయును.

2. శొంఠి మార్జను వక తులము, వనిపేరు తులము వేడి నీళ్ళలో వేసి పగుండబోవు నపుడు పుచ్చుకొన వలయును.

3. పల్ల జీలకఱ్ఱకు గుడ్డలో మూటకట్టి పలిపి కీల్చు చుండ వలెను.

4. కాచిన పాలలో మిరియాల పొడి వేసి పుచ్చుకొన వలయును.

5. మిరియాల కషాయము పుచ్చుకొన వలెను.

బ్యెరము

1. రాత్రిపూట నీళ్ళలో ధరియాలను నాన వేసి ఉదయమున పిసికి పిల్లి పారవేసి ఆ నీటిని పంచదార కలిపి పుచ్చుకొనిన యెడల రతావము హరించును.

వెచ్చచేసి తీసి న ర స ము పూటకు

తులము మొదలు మూడు తులముల వరకు పుచ్చుకొనిన
జ్వరము తగ్గించును.

3. పిప్పళ్ళను వేసి కాచి ఉదకము, వాత శ్లేష్మ
జ్వరమును ప్లీహ జ్వరమును పోగొట్టి, అగ్ని దీపనమును కలి
గించును.

4. వెల్లులి రసము, సువ్వుల నూనె కలిపి పుచ్చుకొ
నిన విషమ జ్వరములు మానును.

5. ఎరుస జ్వరమునకు అతివస చూర్ణమును నీళ్ళలో
కలిపి జ్వరము వడలుటకు ముందు చమట పట్టెనపుడు ప్రారం
భించి ప్రతి నాలుగు లేక ఆరు గంటల కొకసారి జ్వరము
లేనపుడు యివ్వవలెను. మోతాదు పెద్దలకు ముప్పయి
గోధుమ గింజల ఎత్తు, బిడ్డలకు పది, ఇరవై గోధుమ గింజల
ఎత్తు.

6. రెండు మూడు మిరియపు గింజలను సాధారణ
ఉష్ణపుగల నీరుల్లిపాచాను కలిపి ప్రతి రోజు రెండు పూటల
కొను మన్న యెడల మనస్యపు జ్వరము నివర్తించును.

7. అయిదు లేక ఏడు మిరియములు రాత్రి సుమారు
రెండు తులముల ఎత్తు ఆపు మజ్జిగలో నానవేసి ఉదయమున
ఆ మిరియములను ఆ మజ్జిగతో నూరి అందులో ఒక గురి
గింజ ఎత్తు మొదలు నాలుగు గురు గింజల యెత్తు వరకు రస
సింధూరము చూర్ణించి కలిపి సుమారు వారము దినములు
ఇచ్చిన పురాణ మేహజ్వరములు, అహిక జ్వరములు కట్టును.
ఉదయము మాత్రమే ఇవ్వవలెను.

8. పుల్లని ఐస్తువులను నూరియైనను, శీతలమగు మజ్జిగ మొదలగువాని నైనను, మోచుగ ఆకులను నూరియైనను, రేగు చిగుళ్ళనుగాని, వేప చిగుళ్ళనుగాని నూరియైనను లేవ నము చేసిన పిత్తజ్వర తావము హరించును.

9. అవిశేషము రసము ముక్కులో పిండిన చెడుజ్వరము యొక్క ఉద్రేకము అణుగును.

10. ఉత్తరేణి వచ్చిఆకులలో కొద్దిగ మిరియములు, కొద్దిగ పెల్లలిపాయలు చేర్చి, నూరి గచ్చకాయలంత పరిమాణమున మాత్రలు చేసి చలిజ్వరము రాక పూర్వము యిచ్చుచుండిన చలిజ్వరము, వరుస జ్వరము నివర్తించును.

11. పొగడపువ్వుల చూర్ణము నస్యముచేసిన తీవ్ర జ్వరము, తలనొప్పి, పడిశము, శరీరమంతా నొప్పిలతో వచ్చు జ్వరము నయమగును.

12. అయిదు గురగంజల యెత్తావ్రమాణము పిప్పలి చూర్ణమున తేనె కలిపి పుచ్చుకొనిన కాసజ్వరము, ఎక్కిళ్ళు, శ్వాస, ప్లిహ రోగమును హరింపచేసి కంఠమునకు మేలును గూర్చును.

13. ఉత్తరేణి వేరు అయిదు గోధుమ గింజల ఎత్తు మిరియాలు అయిదు గోధుమ గింజల ఎత్తు కలిపి మాత్రచేసి ఇచ్చిన వరుస జ్వరము, చలి జ్వరము కట్టును.

14. పాము కూసమును దేహముయొక్క యే భాగము నందు కట్టినను విడువని జ్వరముకూడా విడుచును.

15. అనుదినము ఉదయపు పూటలందు గుంటకలగర జిగుళ్ళు మూడు, మిరియపుగింజలు మూడు చొప్పున పదిహేను లేక ఇరవై దినములు తినిన మేహజ్వరము, అస్తిగత,

పురాణ, అహిక జ్వరములు, పాండు మొదలగు రోగములు నివర్తించును.

16. లేత పారిజాతపు ఆకులలో కొద్దిగ అల్లమువేసి నూరి యిచ్చిన వరుసజ్వరము నివర్తించును. ఆకుల రసము బిడ్డలకు హరించును. రసపు మోతాదు రెండు మాడు తులములు.

17. పారిజాతపు ఆకుల రసములో కొద్దిగ తేనెగలిపి యిచ్చిన పురాణజ్వరములు కట్టును.

18. మంచిగఁధపు చూర్ణమును నీళ్ళలో కలిపి వుచ్చి కొనిన తావజ్వరము నయసుగును. చెమట ఒట్టించును.

19. సున్నము, కొట్టువసుపు సమముగా నీళ్ళలో కలిపి యిండువకాయలంతేసి మాత్రలుచేసి పూటకు ఒక్కొక్క మాత్ర చొప్పున మూడు, అయిదు దినములు యిచ్చిన చలి జ్వరము, వరుసజ్వరము నివర్తించును.

20. బేడెత్తు మొదలు పావలామెత్తు వరకు వేపచిగుళ్లు వాటి కాడలసహా మూడు, అయిదు మిరియములతో కొన్ని వారములు ప్రొద్దుట పూట తినిన మేహములు, పురాణ వరుస జ్వరము నివర్తించును.

21. వేపకాడ కషాయము గలట కొకసారి ఇచ్చిన విడిచి విడిచి వచ్చే జ్వరము హరించును. క్షీనయిన యివ్వ నరిపడని నుకుమార తత్వము గలవారికి పురాణ జ్వరము ఉన్నప్పుడు దానికి బదులు వేప చూర్ణమును ఇవ్వవలయును.

22. మిరియాలు, తెల్ల కాకరాకు పసరులో వేసి నూరి ఇచ్చిన యెడల చలిజ్వరము తగ్గిపోవును.

23. ఏడు తెల్ల ఉప్పి ఆకులు, ఏడు తమలపాకులు

ఉదయమున నే పోక చెక్క నున్నముతో తాంబూలము వేసు
కొను చుండిన యెడల శీతల జ్వరములు హరించును.

24. గంట కలగ రాకు చిగుళ్ళు ఏడు మిరియాలు ఏడు
నూర ప్రతిరోజున ఉదయపు పూట మూడు రోజులు ఇచ్చిన
యెడల చలి జ్వరములు, జ్వరములు తగ్గిపోవును. తరువాత
కూడా కొన్ని రోజులు పుచ్చుకొన వచ్చును.

25. తావ జ్వరమునకు వేస చిగురు అయిదు తుల
ములు, పిప్పళ్ళు ఆర తులము నూరి నీళ్ళతో కలిపి మూడు
రోజులు యివ్వవలెను.

26 ఒక గచ్చకాయలోని వప్పు, మూడు మిరియాలు
నీళ్ళతో నూరి మూడు మాత్రలు చేసి, మూడు రోజుల కొక
సారి వచ్చే జ్వరములకు నేలపేము కషాయముతో రెండు
గంటలకు జ్వరము వచ్చుననగా రెండు మాత్రలను తరువాత
ఒక మాత్రను ఇవ్వవలెను. జ్వరము రాకపోయిన యెడల
మూడు మాత్రలు ఇవ్వవలెను. గచ్చవప్పు, జిట్టాముదముతో
నూరి నూనెతో కలిపి బొడ్డుకు రాసిన యెడల మాత్రము
వచ్చును.

27. ఒక ఝామునకు శీత జ్వరము వచ్చుననగా పద
మూడు తమలపాకులు, పదమూడు తెల్ల ఉప్పిరకులు చొప్పున
ఈ ప్రకారము మూడు చలిజ్వరము వరుసలకు నమలవలెను.

28. మిరియాలు, రస సింధూరం, కరిధూవము వీటిని
సమాశ్రమముగ తెచ్చి తమలపాకు రసముతో మాత్రలు
గట్టి అల్ల పురసపు అనుపానముతో రెండు పూటల మూడు
రోజులు ఇచ్చిన యెడల అసాధ్యసంగమ దోషము హరించును.
చల్ల, పులును పుచ్చుకొనగూడదు.

29. కోసి ఎండబెట్టిన బెండకాయ ముక్కలు ఏడు తులములు, అరవయి తులముల నీటిలో వేసి మరగబెట్టి ఆ నీటిని అప్పుడప్పుడిచ్చు చుండవలెను. శగ మొదట జ్వరము నకు కూడా చాలా పని చేయును.

30. ఆవాల పిండి పాదములకు గుడ్డపై వట్టిచి పట్టు వేసిన తీవ్ర జ్వరములు కూడా తగ్గును.

డోక్కు

1. అల్లపు ముక్కలను తేనెతో నానవేసి తినుచుండిన అరుచి డోక్కు కట్టును. (మాధవ నిదానము)

2. ఉసిరిక రసము తేనె, మంచి గంధమును కలిపి తిను చుండుట వలన పైత్య ఉడుకు డోక్కులు తగ్గును.

3. వసువు పొడిని పుల్లని కలితో యిచ్చినడోక్కులు కట్టును.

4. కరక్కాయ పొడిని తేనెతో యిచ్చిన గమస్త పైత్య డోషములును, డోక్కులును హరించును.

5. నెమలి రాకలమసి, తేనె కలిపి యిచ్చిన వాంతి యెక్కిళ్ళు కట్టును. ఇది చిన్నపిల్లలకు చాల మంచిది.

6. రావిచెట్టు పట్టును కాల్చి, మసిచేసి నీళ్ళతో కలిపి త్రాగించిన డోక్కులు వెంటనే కట్టును.

7. శొంఠి రసములోగాని జీకర, ధనియాలు, నిమ్మ కాయ రసములలో శొంఠెము చక్కెర, తేనె కలిపి యిచ్చిన వమనములు తగ్గును.

తలనొప్పి (పార్శ్వనొప్పి)

1. శొంఠి గంధము తలకు పట్టు వేయవలెను.

2. నిమ్మరసముతో ఉప్పు, బెల్లము, నూరిరాయవలెను.

3. అవు నేతిలో నల్లఉమ్మెత్త వేరు చూర్ణము కాచి రాయవలయును.

4. ముచికంధము కణతలకు వట్టు వేయవలెను.

5. ఆముదముగాని మరేవిధముగు విరేచన సాధనము గాని చేయవలయును.

6. బాగా చన్నీళ్లలో నైనను, వేన్నీళ్లలో నైనను గుడ్డ తడిపి ముఖమునకు అద్దవలయును.

7. కొంచెము అల్లమును కొద్ది బెల్లమువేసి నూరి గుడ్డలోపుంచి ఏవైపు నొప్పి వచ్చుచున్నదో ఆ ఎదురువైపు ముక్కులో నాలుగైదు చుక్కల రసము పిండవలెను. తరువాత తలమీద స్నానము చేయవలెను.

8. వేన్నీళ్లలో గుడ్డతడిపి కాపడము పెట్టిన జ్వరములో వచ్చునది నయమగును.

9. త్వరగా పోకుండా వున్న యెడల కొంచెము ఆముదము ఇచ్చి విరేచనము చేయించవలెను.

10. మంచుగుడ్డ నైనను చల్లటి నీటి నైనను నొప్పిగల భాగములపై నుంచవలెను.

11. జ్వరముకూడ వున్న యెడల నిమ్మకాయ రసమును వెచ్చచేసి రెండుమూడు చుక్కలు చెవిలో పోయవలెను.

12. ఉత్తరేణిఆకు పసురును చెవిలో ప్రతిరోజు పరగడుపున పోయుచుండిన పార్శ్వపుకొప్పి తగ్గిపోవును.

తా ప ము

1. ధనియాలను నలగకొట్టి రాత్రి నీళ్లలో కానవేసి ఉదయమున పంచదార కలిపి వుచ్చుకొనవలెను. అనినూనె,

కారము వర్జితము. ఎక్కువగనుండిన ఉదయము నానజెల్ల
సాయంత్రమున విరివిగ పుచ్చుకొననగును.

తామర (చిడుము, గజ్జి, చూడుము)

1. కిరసనాయిలును ప్రతిరోజు మూడుసార్లు పూసి
తరువాత కొబ్బరినూనెను రాయవలయును.

2. అరతులము పెలిగారము అయిదు తులముల కల్లుతో
వేసి మర్దన చేయవలెను.

3. కొబ్బరిచిప్పల తైలము చిప్పలకాచి తీసి రాయ
వలయును.

4. ఆవాలు, నల్లమందును నీళ్లతో నూరి రాయ
వలయును.

5. పుగాళుకాడలు కాల్చి మసిచేసి దానిని మంచి నూనె
లో గలిపి పూయవలయును.

6. గన్నేరు ఆకులు నూనెతో నూరి రాయవలెను.

7. కసింద సమాలము ఎండిన చూర్ణము తేనెతో
పూయవలెను.

8. నిమ్మకాయనతోసి బద్దతో దానిమీద ౪
వలెను.

లొండ కాటు

1. జల్లేడువేరు చూర్ణము కొద్దిగాగాని,
మునుగాని నీళ్లతో ఉదయముననే రెండు మూ
పుచ్చుకొనవలెను.

తేలు కాటు

1. నీరుల్లిపాయను మధ్యకుకోసి కొంచెము నున్నముచులి కుట్టినచోట రుద్దవలయును.

2. పుగాకును ఉమ్మిలోగాని నీటిలోగాని నలిపి కుట్టినచోట రుద్దవలెను.

3. కుట్టినచోటనే తలారా స్నానము చేయవలెను.

4. జీలకఱ్ఱ, ఉప్పు, తేనె, నయ్యి. నూరి కుట్టినచోట పట్టవేయవలెను.

5. నీటిలో ఇంగువను అరగదీసి పట్ట వేయవలెను.

6. జల్లేడుపేరుగాని, నల్ల ఉమ్మిత్తవేరుగాని గఱధము తీసి రాయవలయును.

7. మంచితేనెను కొంచెము నాకవలయును. వాని ఉమ్మిని కుట్టినచోట రాయించి అరితరువాత తేనె రాయవలెను. ఒకనీరుల్లిపాయను నమిలి హరితికర్పూరము వాసన వలెను. కుట్టిన తక్షణమే ఇటుల చేసిన బాధ పోవును.

8. తలార స్నానంచేయించి కుంకుడుకాయ తొక్క,
, తి తమలపాకులు నున్నంతో తాఁబూలం

వరికను వేడిచేసి తేలు కుట్టినచోట అంటించవలెను.

నీరుల్లిపాయ రసముతో మైల తుత్తమును అరగ
చోట వేసి మర్దనచేసిన తప్పక తగ్గిపోవును. ఇంకొక
కుకముందు చేయవలయును. ప్రతివారును వాడ
కమంది సుఖపడిరి.

తెల్ల మచ్చలు

1. దరిసినాకు, గజ్జెరు ఆకు రసము కలిపి రాచేది.
2. చిత్రమాలం, కరకాయలు, సిమ్మ రసాన నూరి
వుంచుకొని గాయుచుండవలెను.

దగ్గు

1. వట్టి నోటను పెన్నను దినుచుండిన వేడిచే గల్గిన
పోడిదగ్గు మానును.
2. ఆముదముతో తమలపాకులు వెచ్చచేసి గుండెల
పైని వేయవలెను.
3. తేనెను తమలపాకుల రసముతో కలిపి పోసిన
యెడల బిడ్డల దగ్గులు శ్లేష్మము హరించును.
4. నొప్పిగా యున్నచో గుండెలపైన ఆవాలపిండి
వట్టు వేయవలెను.
5. కొద్ది వసుపుగుండ కొంచెము పాలుతో కలిపి మిరి
యాలపోడి కూడా కలిపి దినమునకు రెండుపూటల నిచ్చు
చుండిన జ్వరముగల దగ్గు వడిశము న్ని.
6. మిరియాలను తేలిక కషా
చుండిన కొండనాలుక వాలడము ని
7. అయిదు తులముల
వది, వనా చాచి ఆ

జుకు రెండుపూటల నాకిందిన పిల్లలకు వచ్చు కోరిక తగ్గిపోవును.

9. శొ. రి. పిప్పళ్ళు, మిరియాల సను భాగములుగా చేసిన చూర్ణమును కొంచెము బెల్లము కలిపి యివ్వవలయును.

10. ఉక్కిర దగ్గులకు పిల్లల మెడలో గానుగళాయలు దండగా కట్టి వేయవలెను.

11. తేనె, మిరియాల చూర్ణము కలిపి పుచ్చుకొనిన నునదగు తగ్గిపోవును.

12. గానుగళాయలో వప్పును కొంచెము తేనెతో కలిపి తిన్నయెడల పుక్కిరదగ్గు తగ్గిపోవును.

13. ఆవునేతితో చలువ మిరియాల చూర్ణము కలిపి రోజుకు మూడుపూటల యిచ్చినయెడల పృథ్వులకు వచ్చు దగ్గు నివర్తించును.

14. ఇగువను పొంగించి చూర్ణముచేసి పది ధాన్యపు గింజలయెత్తు చూర్ణమును ఆవునేతితో కలిపి ప్రతిరోజు మూడుపూటలు యివ్వవలయును.

15. ఒక బొంబు నీళ్ళలో దమనము రసము మూడు బొంబులేసి రోజుకు ఒక్కనారిగాని, రెండు సార్లుగాని రోగ బలిమినిబట్టి పిచ్చినయెడల కోరిక తగ్గులు నివర్తించును.

16. కొంచెము వసుపువేసి ఆవిరి

కోవేసి దానిని

18. చలువమిరియాల చూర్ణమును కొంచెము ఆవు నేతిలో కలిపి ముప్పొద్దూ యిచ్చేది. ఇది వృద్ధులకు వయోగము.

ద ద్దు ర్దు

1. తుమ్మెదనూడు మన్నను కొబ్బరినూనెలో నూరి రాదినయెడల శరీరముమీద దద్దురు తగ్గిపోవును.

2. నీలిమందు నూనెలో కలిపి పూయవలెను.

3. బుడ్డ కాకర, సమూలము ఆముదములోగాని, నూనెలోగాని వేసి కాచి పూసిన పైత్య దద్దురు పోవును.

4. గన్నేరుచెక్క లేక వేరుచెక్కను నూరి నూనెలో గాని, నేతిలోగాని వేసి కాచి పూయవలెను.

5. నిమ్మకాయ రసమును పూయవలెను.

6. నారింజకాయ రసమును లోప కిచ్చి దద్దురుపై తొక్కలను రాయవలెను.

దా హా ము (విదాహము)

1. నాలుగు తలములనూనె, చింతాకురసము నాలుగు తులములు కలిపి కలకు, నాభికి, అరికాళ్లకు మర్దన చేయవలయును. ఎండదెబ్బ తగ్గిపోవును. రోగముచే ప్రతిరోజు కలుగు దాహముకూడా తగ్గును.

2. వట్టివేళ్ల కషాయముగాని, వేళ్ళను నీళ్ళలో నాన వేసిన నీళ్లనుగాని యాయవలెను.

3. పంచదార, నిమ్మపువ్వుగాని, నిమ్మకాయ రసము గాని కలిపి నీరుపోసుకొని త్రాగవలెను.

4. తెల్లవారు ఝామున శనగలు నానపేసిన నీటిలో తేనె కలిపి తాగవలయును.

దోమలు

1. తెల్ల ఆవాలను చూర్ణించి ధూపము వేయవలెను.

దుర్గంధము

1. చింతాకు రసము, పాలు, పసుపు గుండచు కలిపి చంకలలో నలుగుపెట్టిన దుర్గంధము పోవును.

2. ఉమ్మెత్తాకు రసమును, పసుపును, పాలును జేసి నూరి నలుగుపెట్టిన శరీర దుర్గంధము పోవును.

దెబ్బలు - వాపులు

1. గాడిద గడపాకు నూరి కట్టుకట్టిన ఆయుధపుదెబ్బలు వాపులుకూడా మానును.

2. నల్లమందు, నూనె కలిపి కాచి వేడిగానున్నప్పుడు నిమ్మకాయ బద్దతో కాచవలెను.

3. పసుపు, కలబంద నూరి కొకు దెబ్బలకు కట్టవలెను.

4. పసుపు తడిపి రాయవలెను.

5. నల్లరాయిని చూర్ణముచేసి, పెచ్చజేసి కాచవలెను.

నదుము నొప్పి

1. కొబ్బరి నూనెలో నల్లమందు కలిపి మర్దన చేయవలెను.

2. ఉమ్మెత్తాకులు, బియ్యము సమభాగములు నీటిలో నూరి గుడ్డమీదరాచి అంటించవలెను.

3. నల్ల ముందు, రసకర్పూరము, శొంభరినూనె కలిపి మర్దన చేయవలయును.

4. విరేచనములకు ఆముదమును తీసుకొనవలెను.

నల్లులు

1. కర్పూరతైలము, కిరణనాయలును కలిపి నల్లులున్న సందులలో పోయవలెను.

నత్తి

1. తేనెలో మొమ్మాయి కలిపి నాలుకకు వట్టించ వలయును.

2. సంగీతము, దీర్ఘముగా అక్షరములను అభ్యసించ చేయవలెను.

నపుంసకత్వము

(వీర్యవృద్ధి, ఇంద్రియ సప్తము చూడుడు)

1. కుక్కపొగాకు సమానరసము, ఆరతులము పటిక బెల్లము, చలవ మిరియూలు అరతులము, జావత్రి, యాలక్కాయలు పావుతులము నూరి శనగింజంత మూత్ర చొప్పున యిచ్చావత్యముతో యివ్వవలయును.

2. నాలుగైదు చిన్నముల ఎత్తు బోడతరపు విత్తనములు అందుకు సమము శర్కర కలిపి ఒక సువత్సరము పుచ్చుకొన వలెను.

3. నల్ల ఉమ్మెత్తగింజలు తెచ్చి, నూనె తీయించి ఆ

నూనెను జాగ్రత్తచేసి ఒక సీసాలో ఉంచి ప్రతిరోజు రెండు పూటల అంగమునకు పూయవలెను.

4. వామను ఒక పింగాణీ గిన్నెలో కేసి నిమ్మ పండ్ల రసము అది మునుగు వరికు పోసి ఆ బెబ్బుచు ఇటుల ఆరు న్నొక్క సారి చేసి యుంచుకొని వ్రతి వ్రాతఃకాలమున పుచ్చుకొనవలయును.

5. కుంకుమ పువ్వు 2 భాగములు, నల్లమందూ 3 భాగములు, కన్నూరి 1 భాగము, జాజికాయ 9 భాగములు, లవంగములు 6 భాగములు, వీనిని చక్కగా చూర్ణించి. తేనెతో వర్ణించి శనగలవలె మాత్రల చేసి రాత్రి కాలముల యందు క్షీరముల బుచ్చుకొనిన బహుమంది స్త్రీలతో భోగించు శక్తి కలుగుటయే గాక నపుంకత్వమును నివారించునని వైద్య కు కూపాలములో వ్రాయబడియెను.

నంబు

1. తెల్ల జిల్లేడు ఆకు రసమును వడిటిరెండు చుక్కలు ఆవుపాలలో కేసి పుచ్చుకొనుచుండవలెను.

2. ప్రతిరోజు ఉదయ సాయంత్రములు నారిజవండ్లు ఆవుపాలు పుచ్చుకొనుచుండిన తగ్గిరవును.

నరములు

1. ఆవనూనె మర్దనఫలన నరములు బలపడును.

2. వెన్నలో కసిందఆకు రసము- కలిపి మర్దన చేయవలయును.

3. ఆముదములో గానుగవేరు సలియకొట్టి వేసి కాచి ఉద్ధవలెను.

నాలుక పూత్ర (నోటిపూత)

1. మంచి గంధములో శౌంఢము వచ్చు కర్మా కలిపి నేవించిన యెడల నయమగును.

2. పటిక ముక్క పుక్కిట పెట్టుకొనినను పొంగి పలిగారము తేనె కలిపి రాయుచుండినను నిమ్మల్పించును.

3. కొబ్బరి పుచ్చను గాని, ముక్కగాని అరగ నాలుకకు రాచిన యెడల నయమగును.

4. పేరి నేతినిగాని, సొంఢుగాని నాలుకకు రా యెడల మంచి పనిచేయును.

5. పెరిన నెయ్యి రాయవలయును. నీలి ఆకును న లుతూ వుండేది.

6. సుద్ద నీటిలో అరగదీసి రాయవలయును.

7. మారల కాయను తేనెతో అరగదీసి యాలు పొడి కలిపి రాసేది.

8. యాలుకలు, జీలకర్ర, అతి మధురం చూర్ణం పంచవార, తేనె కలిపి యిచ్చేది.

నాసిక రోగములు

1. నీళ్లల్లిపాయ రసము ముక్కలో పిండిన ముక్క వెంట నీగు కారడము మొదలగు సమస్త నాసిక రోగముల నివర్తించును.

నులి పురుగులు (క్రిములు)

1. వేపాకు అరతులము, ఇంగువ పావుతులము, తేనెతో వొడ్దించి ఆరు మాత్రలుచేసి పూటకు రెండు మాత్రలు చూడ యివ్వవలయును.

నా రి కు రు పు లు

1. వంకాయముక్కలను వేయించి పెరుగుతో నూరి శుభ్రము కట్టవలయును.
2. నరమూతములో వసుపుకలిపి కట్టవలయును.
3. పొంగించిన వెలిగారము, ఇంగువ పూటకు రెండు ప్నములు చొప్పున రోజుకు రెండు పూటలు వారము జాలు ఇవ్వవలయును.
4. తేనెలో పావురము రెట్టలు కలిపి రాయవలెను. తిరోజు ఉదయమున యీమందు లోనికివ్వవలెను. (వైద్య శాస్త్రము).
5. మంచుగడ్డ కురుపు పైన పెట్టిన నారియంతయు పుర్రెకు వచ్చును.
6. ఇంగువను కొద్దిగా ఆ కురుపుపై ఉంచవలెను.
7. ఇంగువను ములగలకు నూరి కురుపు మీద వేసి కట్టవలెను.
8. హరితి కర్పూరము, శీతాఫలపు ఆకు నూరి కట్టవలెను.
9. పావురపురెట్ట బెల్లము కలిపి వేయవలెను.
10. నల్లతుమ్మ విత్తులు గోమూత్రంతో నూరి రేపము చేసేది. ఉడికించి కట్టగా కూడ కట్టవలెను.
11. వంకాయను భాండమునందుంచి వేయించి పెరుగుతో కలిపి కట్టుకట్టుచుండిన 7 రోజులలో నారి బయలుపడలును.
12. ఆముదపు వేరు రసమును గోమూత్రంతో వదులించివములు వుచ్చుకొనిన నివర్తించును.

2. నూట ఇరవైతులముల మంచిసీటిలో, దానిమ్మ చక్క అయిదు తులములు వేసి నాలగవభాగము మిగులు నటుల యిగరకాచి ఉదయమున ఏడు తులములు పుచ్చుకొని అంతటనుండి గంటకు చూడుతులములచొప్పున సాయంకాలం వరకు పుచ్చుకొనిన కడుపులో వురు పలు పడిపోవును.

నేత్రరోగములు

1. పావుతులము పటిక చూర్ణమును కోడిగుడ్డుసానతో నూరి నేత్రములపైన పత్తిగావేసిన యెడల అసగా గుడ్డపీలికకు పట్టించి నేత్రములపైని వేసినయడల కండ్లునీరుగానట, వాపు తగ్గిపోవును.

2. ములగాకురసమును తేనెతో గలిపి కన్నులకు వేసిన సమస్త నేత్రరోగములు హరించును.

3. ఇనవ గరిటలో నిమ్మపండ్ల రసమువేసి కొంచెము గట్టివడువరకు ఇనుముతో మర్దించి నేత్రములచుట్టు పట్టు వేసిన కండ్లమరిద మొదలగు నేత్రరోగములు హరించును.

4. చేమంతిపువ్వులు పదితులములు, ఇరవయి తులముల మంచిసీళ్లలో నానవేసి కాచి ఆసీటిలో కండ్లను కడుగు చుండిన మంటలు తగ్గిపోవును.

5. పచ్చకర్పూరము పావుతులము, చక్కెర పావు తులము, తులమెత్తు ఆవువెన్నలో మర్దన చేసి కంటి రెప్పలకు తరుచుకాటుకగ బెట్టుచుండిన కండ్లమంటలు హరించును.

6. 20 తులముల సీటిలో ఒక తులము పటిక వేసి, కలిపి, అందులో రెండు తులముల నీళ్ళను కంటికి పిచికారి చేయవలయును.

నోటియగురు

1. అతిమధురము (యష్టి మధుకము) కషాయముగఁ జూచి జ్వరములు మొదలగు రోగదశయుండు యిచ్చిన నోటి వెంట నీరూరచేయును.

2. అజీర్ణము మొదలగువాటిచే బాధపడునపుడుగాని, వక్ష వాతము, మూర్ఛ మొదలగు నరముల జబ్బుదశయుండుగాని, కలరా మొదలగు అంటువ్యాధులయుండు సయితము అక్కల క్షర కషాయము జూచి ఇచ్చినచో నోటియందు నీరూరటయే గాక శరీరతత్వమునుగూడ మంచి స్థితికి మార్చును.

నోటివెంట అధికముగా నీరూరుట

1. ముచు గడ్డలను నోటియందుంచుటవలన తగ్గును.
2. బాగా వేడినీటిని నోటిలో పోసుకొని పుక్కిలిండు చుండిన తగ్గుగలదు.
3. కొంచెము కాఫీనిగాని, మిరియాల కషాయమును గాని యిచ్చిన తగ్గును.

నోటి దుర్గంధము

1. పైత్య జ్వరములలోను, దంతరోగములున్నప్పుడును, ఎక్కిళ్లు, కఫశూలతోనుండి నోరు వాసనగా నున్నప్పుడును, శుక్ర స్వభావముగా నోరు దుర్వాసనగా నుండినప్పుడును కొబ్బరినుండి పాలుతీసి, నోటియందుంచుకొను చుండిన దుర్వాసన పోవును. లోపలికి పోయినను జబ్బుచేయదు.

2. తేయాకు నీరు పుచ్చుకొనుటవలనకూడా నోటి దుర్గంధము తగ్గును.

3. తాంబూలములో చాల్చినచెక్క ఎక్కువగాగాని, ప్రత్యేకము లవంగము, కొంత చాల్చినచెక్కగాని లేక చాల్చిన చెక్కనేగాని నోటియందుంచుకొని అవ్వడవ్వడు నమలు చుండిన దుర్గంధము పోవును.

4. పోకచెక్కలు జాజికాయ, పేలాలు సమభాగములు తేనెతో మర్దించి మాత్రలుచేసి వుంచుకొని ప్రతిరోజు ప్రాతః కాలమున ఒక గ్లాసెడు నీళ్లతో వేసుకొనుచుండిన నోటి దుర్గంధము హరించును.

5. కరక్కాయపేడును కాల్చి వుంచుకొని ప్రతిరాత్రి పగుండబోవునపుడు నోటవుంచుకొని ద్రవము మ్రింగుచుండ వలెను.

6. నోటి వూత, నోటి దుర్గంధమునకు పెద్ద పల్లెరు సమూల రసములో తేనె కలిపి వుక్కిలించిన నివర్తించును.

7. తాంబూలము ప్రతిరోజు వేసుకొనుట, అందు సున్నము, లవంగములు కొద్దిపాటి ఎక్కువగా వేసుకొన వలెను.

8. లవంగము నొక్కొక్కదానిని నోట ఉంచుకొన వలెను.

నెరారు తాంబూలములో సున్నము ఎక్కువచే పొక్కుట

1. మంచినూనె, పంచదార, కలిసిభృ కలిపి వుక్కిట నుంచుకొనిన వెంటనే తగ్గును.

నెరాటి పూత (నాలుకపూత చూడుడు)

1. మాఫలకాయ గంధము అరగదీసి రాయవలెను.
2. కొత్తిమీరి కషాయమును పుక్కిలించు చుండవలెను.
3. కానుగ పుల్లతో దంతధావన చేయవలెను.
4. నీలి ఆకును నూరి బుగ్గనుంచుకొనవలెను.

ప డి శ ము

1. ముక్కువయిన వన గంధము పూయవలయును.
2. మొట్టమొదట కొద్దిగ తాజాగా చేసిన పొడుమును పీల్చవలయును.
3. నల్ల మందు, శౌంఠిగంధము కలిపి ముక్కుపై వట్టు వేయవలెను.
4. ప్రతి దినము రెండువూటల పాలలో వసుపు, మిరియాల పొడి బాగుగా వేసి పుచ్చుకొనవలెను.
5. నివ్వలమీన వాయు వేసి పీల్చవలెను.
6. నీళ్ళను కాకులోపోసి కాచి, అందులో వసుపు గుండవేసి శరీరమునకు వట్టుటేకాక ముక్కుద్వారా ఎక్కువగా పీల్చవలెను.

ప న్ను

1. ఒక కుండలో గవ్వలను ముక్కలుగొట్టి పోసి వాటి మీద జీడిగింజలువేసి చమురు ఇగి రేవరకు వేయించి తరువాత తీసి పొడిచేసి దానితో వట్లు తోమిన సమస్త రోగములు నయమగును.

2. పల్లె కడలుచున్న యెడల తెల్ల తమ్మ పుల్లగాని, నేపాలపు వేరునుగాని పుడికించి దానితో దంతధావన చేయవలయును.

3. ఉప్పు, నల్లజీడిగింజలు సమభాగములు కలిపి ఒక ముంతలో పోసి పైన మూకుడు పేసి సీలమన్ను రాచి నలు యిపుల పుడకలతో వ్రతం పెట్టి నిప్పు చల్లార్చిన తరువాత వాటిమీద మన్నుపోసి వుంచి మరునాడు తీసి చూర్ణము చేసి తోమిన వండ్ల వెంట నెత్తురు కాడట మొదలగు సమస్త రోగములు పోవును.

4. కొంచెము కాచు ముక్కను వండ్లమీద నుంచి ద్రివము ఉమ్మి వేయుచుండిన దంతములు కడలుట వాపు మున్నగునవి హరించును.

5. కుప్పింట ఆకును నలి : వ్రపి వన్నపై బెట్టిన నొప్పి తగును.

6. సీమ బాడంకాయ పెంకులను కాలిచ్చి మసితో వండ్లను తోమిన గట్టివడును.

పక్ష వాతము

1. వ్రతిరోజు రెండుపూటల అడవి పావురము రెట్టలు మర్దన చేయవలెను. పావురమాంసమును గోధుమరొట్టతో తిసిపించవలెను.

2. నీళ్లతో జాజికాయను నూరి పట్టువేయవలెను.

3. ఆవాలలో నీళ్లుపోసి నూరి పట్టువేయవలెను.

4. మిరియాలను నీళ్లతో నూరి గచ్చకాయంత మాత్ర పూటవక్కంటికి ఒక్కటి చొప్పున రెండపూటలు వేసుకొనవలెను.

- 5. తేనెను త్రాగించవలెను. ఎంతత్రాగించిన అంత మంచిది. ఏమందులు అక్కరలేకుండగనే ప్రవ్రథమున విరివిగ నిచ్చిన పూర్తిగ తగ్గి ఆరోగ్యవంతులు, బలవంతులు అగుదురు.
- 6. అయిదారు చిన్నముల ఎత్తు దువ్వుపువేరు రసము లోపలికిచ్చిన దారుణ పక్షవాతము నయమగును.

పాండువు

1. ఆవుపాలలో పదిహేనవ వంతు ఆవపిండి చేసి వ్రతి రోజు పదిసార్లు అవ్వడవ్వకు వుచ్చుకొనవలెను.
2. తేనె, వేపాకు వనరు పక్కొక్కటి రెండేసి తులములు కలిపి వ్రతిరోజు ప్రాతఃకాలమున వుచ్చుకొనుచుండవలెను.
3. గొబ్బిసూర వండి తినుచుండవలెను.
4. వ్రతిరోజు రెండుపూటలు జిల్లేడికాయల చూర్ణము పదిగోధుమ గింజలెత్తు పది మిరియాలు కలిపి చూర్ణము చేసి ఇవ్వవలయును. అర్థశేరు పాలవిరుగుడునీళ్ళలో వక తులంపావు నల్లఉప్పు కలిపి ఇచ్చిన ఎడల వారము పది రోజులకే నయమగును.
5. కరక్కాయ చూర్ణమునందు తేనె, నేయి కలిపి భక్షించవలెను.

పాముకొటు

1. నంటిరేక వెల్లులిపాయను రెండు ముక్కలుగ కోసి వకముక్కను పాముగరచినచోట నంటించిన విషము హరించును.

2. తిప్పవేరు చూర్ణము ఇరవయి గోధుమగింజల ఎత్తు ఇరవయి నిముషముల కొకసారి చొప్పున మూడుసార్లు ఇవ్వవలయును. వాంతిజేసి బాగుచేయును.

3. ఏనుగవల్లేరు సమూలము రెండు మూడు తలములలో తగు మాత్రము సారాయి కలిపి పుచ్చకొనవలెను.

4. నేలవేము సమూలరసము లోనికి ఇవ్వవలెను.

5. పుగాకు మంచి నూనెలో పిసికి రెండు బౌన్సులలోనికి ఇవ్వవలెను.

6. జల్లేడు ఆకులపైవవుండు తెల్లటి పొడిని గీచి జల్లేడు పాలలో కలిపి పెద్దపెద్దపుండలు చేసి తమలపాకులో పెట్టి నమలించవలెను. ఇట్లు అరగంట కొకసారి చొప్పున మ్రింగించవలెను. ఎంతటి తిమ్మిరిపుట్టేవరకు యిచ్చి తరువాత గంట కొకసారి ఇట్లు తొమ్మిది మోతాదులకంటె ఎక్కువ యాయరాదు. తేలిక ఆహారము యాయవలెను. మత్తు పదార్థములు వనికిరావు.

7. యోగతరంగిణి గ్రంథమున, నయ్యి, తేనె, వెన్న, పిప్పళ్లు, అల్లము, మిరియాలు, సైంధవలవణములను మంచి నీళ్లతో నూరి త్రాగించిన కాలసర్పవిషము సైతము శమించును, అనిపున్నది.

8. కుంకుడువేరును నూరి కుంకుడుగింజంత నేవించిన విషము గ్రహును.

9. కామంచి ఆకువసరు 8 తలములు యివ్వవలెను. అన్నిజాతులకు చట్కా.

10. ముషిణివేరు రసం ఆకులు నూరి యివ్వవలెను.

11. బావంచాలు గోమూత్రాన నానవేసి ఎండించి గోమూత్రముతో నూరి యివ్వవలెను.

12. దుప్పిలోలు కల్చినమసిని కలిలో కలిపి యిచ్చిన పొడపాము కాటునకు విరుగుదు.

13. పురుగుదువేరు చెక్కను కలితోనూరి యివ్వ వలెను.

14. ముషిణీ వేరు గంధం నూరి నీటితో లోనికిచ్చేది.

15. కానుగవేరు గంధం, తిప్పతీగెవేరు గంధం నూరి నీళ్ళతో లోనికి పొక్కుపొడకు యివ్వవలెను.

16. తిప్పతీగెవేరు, య్ర కలువదుంప, మిరియాల, దింసిన ఆకు పసురుతో నూరి రక్తపొడకు యివ్వవలెను.

17. సల్లబలునువేరు, గంధం రోజు 1కి 2 తులముల చొప్పున కొద్దిరోజులు యిచ్చావల్యంతోతినన, రక్తకాళి పెంజ రము అనుపాము కరిస్తే రోమకూపముల వెంబడి రక్తము వచ్చును అదికుదురును.

18. ఉసిరికపప్పు వేపాకు నమంచూర్ణం చేసి రెండు పూటలలో అరతులము చొప్పున సేవించితే పాము కరచితే పంటిని దద్దురు, తీట వట్టిన, తగ్గును.

19. రెండుమూడు జిల్లేడు ఆకులను నమిలి మ్రింగించి, జిల్లేడు వేరును నీళ్ళతో అరగతీసి కుట్టినచోట వేసి వేరు గంధ మును లోనికిచ్చిన పాముకాటు విషము హరించును. రెండు మూడురోజులైన తరువాత విరేచనమునకు ఆముదము యియ్య వలెను.

పా ర్శ్వపు నొప్పి

(తల నొప్పి)

1. కొంచెము నల్లమందును శొంఠిగంధములో కలిపి వట్టించి కొంచెము నిష్పశెగ చూపించవలెను.

2. నీనైపున నొప్పిగలదో ఆవైపు ముక్కు రంధ్రములో ఇంగువనీళ్లు పోయవలెను.

3. వెలులివాయ నూరి పట్టునేయవలెను.

పిచ్చ

1. మగవానికి పిచ్చ ఎత్తిన ఆడవాని మూత్రము, ఆడ దానికి పిచ్చ ఎత్తిన మగవాని మూత్రమును తాగించవలెను.

2. ఉన్నాద పిచ్చుగు తాటిమట్ట రసములో తేనె కలిపి ఇవ్వవలయును.

3. ఇంగువ, కలుకరోహిణి, కానుగ విత్తులు, తెల్ల ఆవాలు, దిరిసినవిత్తులు, పిప్పలి, మిరియాలు, వస, శొంఠి, సైంధవలనణము; సమభాగములు, గోమూత్రముపోసి నూరి రసమ తీసి పరిశుభ్రమగు గుడ్డనుముంచి కనులలోపిడిన చాతగ్ధికజ్వరములు, సమస్త ఉన్నాదములు నివర్తియగును.

4. మూడుదినములు గుమ్మడివిత్తుల కుల్కము వందు తేనెకలిపి పుచ్చుకొనవలయును.

5. గోవుపిత్తము, తేనె, పిప్పళ్ళు, మిరియాలు, సైంధవలనణము, వీటినికాటుకచేసి నేత్రములకు పెట్టవలెను. భూత దోషమువలన కలిగెడి ఉన్నాదము సమస్తమగునవి నశించును.

6. ప్రధమదశ ముందు కుప్పింట చెట్టు సమూలము నీళ్ళు తలవకుండా తీసిన రసము వక బొన్న జాగ్రత్తచేసి అందులో ఆరు గోధుమగిజల ఎత్తు ఉప్పు కలిపి మూడురోజులు ఉదయమున రోగి రెండు ముక్కురంధ్రములలోను పోసి తక్షణము వకటిగాని రెండుగాని బిందెల చన్నీటిని ధారలుగా పడేట్లు నెత్తిపై పోయవలెను. రోజుకు వక్కసారే చేయవలయును. ఎక్కువరోజులు కూడదు.

7. మూర్కొండాకు, వెల్లులిపాయలు, కుంకుమపువ్వులను నిమ్మకాయ రసాననూరి, మూర్కొండాకు పసురున నాలుగురోజుల కొకసారి నస్యం చేయించేది. 3 రోజుల కొకసారి ఆపునెయ్యితో తల అంటేది.

పిల్లల మూత్రం అడ్డు

1. సైంధవలవణం నూరి పంటికి రాచి, తంగేడుపువ్వు నూరి చనుబాలలో కలిపి లోవలికి పోసేది.

పిల్లలు చన్నులు కుడుచుట

1. ఇష్టిమధుకమును చనుబాలతో నూరి స్తనములకు రాచేది.

పీనన

1. పెరుగులో మిరియాలపొడి, బెల్లమును కలిపి ఎల్లప్పుడు సేవించుచుండిన సర్వ పీననలు హరించును.

2. గోధుమపిండిని నేతిలో కలిపి భుజించిన పీనన హరించును.

3. జీలకర్రను చూర్ణించి చక్కెరతో కలిపి పుచ్చుకొని నను రాత్రి శయనించు కాలమున సగముగ కాచిన నీటిని దాహమును ప్రతిదినము పుచ్చుకొనినను పీనస హరించును. (ధన్వంతరి).

ప్రీహము

1. పది గోధుమగింజల ఎత్తు పొంగించిన వెలిగారము, నాలుగు గోధుమ గింజల ఎత్తు కొట్టువసుపు, కలబంద పలుకులు రెండంగుళముల చతురములు కలవి కలపి, కొన్ని రోజులు ప్రాతఃకాలమున పరగడపున పుచ్చుకొనిన, విరేచనబద్ధముగల ప్రీహరోగము నివర్తించును.

2. నిమ్మపండ్ల రసముతో ఎదు పుగాకుల చూర్ణమును కలిపి వట్టు వేయవలయును.

పెట్టుమందు

1. ప్రతిరోజు ఉదయం పెరుగు అన్నము పెట్టేది.

2. ములగవేరు చక్కెరసం 4 తు, దిగువాయి నూనె 4 తు, కలిపి యిచ్చేది. మరునాడు ఉదయం పచ్చి పులుసు త్రాగించే ఉదవకట్టు అన్నం పెట్టేది.

3. ఉత్తరేణి ఆకురసం నిమ్మరసం కలిపి యిచ్చిన యెడల పెట్టుమందు వూడి పడును.

4. దుమ్మవేరు సుశాలం తెచ్చి ఎండబెట్టి ఆచూర్ణమున మిరియాల పొడుమురు, పంచదార కలిపి పూటకు 1/4 తు. చొ. మూడురోజు లిచ్చేది. పులుసు, చల్ల వజ్రతం.

5. మలెచెట్ట వేళ్లు, పులికడుగుతో నూరి దానితో ఉడికించి వెన్నతో యిచ్చేది.

పెట్టు మందు పరీక్షలు

1. దొండాకు పశుగాని, పైడివత్తి రసమునుగాని చేతులతో పోస్తే విరుగును.

2. మంచి గంధము తీసి పొట్టపై పట్టుచేస్తే మందున్న చోట చెమర్చును.

3. పాలు కాచి పాళంగా చల్లాల్సి, పెట్టు మందున్న దని అనుమానింప బడినవాని చేతులు ముంచితే తోడు కొనును.

4. రాతి నున్నమును అర చేతులలో రాచి ఆరనిచ్చి నలిపి పోస్తే నలుపెక్కును.

5. నల్ల జీడిగింజల రసమును దానిమీద గీతలు గీత గా గీయవలెను.

పుండ్లు (ప్రణములు, గజ్జి చూడుము)

1. గోరింటాకు నూరి కట్టవలెను.

2. తమలపాకులు, వెల్లులిపాయ, కప్పిట ఆకు నూరి కట్టవలెను.

3. కాలిన పుండ్లకు నరమూత్రముతో గుడ్డ తడిపి వేయవలెను.

4. నీలిమందును నూనెలో కలిపి పూయవలయును.

5. ఏ జంతువు కాటువలన కలిగిన వుండుకైనను దొండాకు నూరి పైనవేసి కట్టవలయును.

6. నోటిలో వుండు ఉండిన యెడల తాటి, యాత, కొబ్బరి పువ్వుల రసము కొద్దిగ నీరుపోసి వుక్కిరించ వలెను.

పుప్పి పన్ను

1. రెండు పాళ్ళు ఇంగువను, ఒక పాలు నల్లమందును నూరి పుప్పి పంటిలో పెట్టవలెను.

2. వాకుడు గింజల పొగ పెట్టవలెను.

3. పుప్పి పంటి నొప్పికిన్ని, పన్నునొప్పికిని పంటి రంధ్రము లో హరితి కర్పూరము పెట్టిన నొప్పి తీయును.

4. నల్ల ఉమ్మెత్త విత్తులను నూరి పుప్పి పంటిలో పెట్టిన నొప్పి మానును.

5. ఉత్తరేణి సమూల రసములో దూది తడిసి పుప్పి పంటిలో పెట్టిన నొప్పి మానును.

6. పుగాకు మెత్తగా నూరి పంటి బెజ్జములో పెట్టవలయును.

7. మూలగ వేరు నూరి పుప్పి పంటి రంధ్రము లో పెట్టిన తగును.

పులి లేనుపు (ఆజీర్ణము చూడము)

1. ముదురు అరటి కాయ వచ్చడి ముక్కలు తిరిగి ఎండబెట్టి పిండిచేసి బిళ్ళలు చేసి వుంచుకొని ఉవ్వుతో తినవలెను.

2. నీటిని త్రాగ వలెను.

3. వచ్చి కొబ్బరికాయ డొక్క రసము త్రాగవలెను.

4. అరటికాయల రసము లోవలి కీయవలెను.

పురిపిటికాయ

1. మర్రి పూడలు కాల్చిన మసి, కొత్త సున్నం నూరి గాయవలెను.

2. పులి పుంచలి ఆకు రసము పూయ వలయును.

3. కంటి రెప్పల మీద పులిపిటి కాయలకు మామిడాకుల మధ్యనుండు ఈనెను కాల్చిన మసిని నీళ్ళతో కలిపి అంటించ వలయును.

4. జీడి మామిడి గింజలలోని చమురు తీసి పూయ వలెను.

5. రావిచెక్క బూడిద, కొత్త సున్నము, వీటికి సమముగా వెన్న కలిపి లేవనము జేయవలయును.

ప్రసవము

1. జీలకఱ్ఱ నూరి లోవలికిచ్చిన గాని, మర్మ స్థానమున పూసిన గాని సుఖ ప్రసవ మగును. అడ్డముగా పడిన శిశువు అయినా బయలు పడును.

2. పెల్లల్లి, శొంఠి నూరి నీళ్ళలో కలిపి లోవలికి ఇస్తే కడుపులో చచ్చిన పిండం సైతము పడిపోవును.

3. వ్రత్తిఆకు రసము పాలలో కలిపి యిస్తే సుఖ ప్రసవ మగును.

4. తమలపాకుతో ఏడు మిరియాలను నూరి లోవలి కిస్తే సుఖముగా నీళ్ళాడును.

5. ముద్రబెండ వేరు తీసుకు వచ్చి ఆ శ్రీ తల్లి ముడిలో ఉంచిన యెడల నుభ వ్రసన మగును. వ్రసవమయిన తరువాత తలలో ఉంచకూడదు.

పెట్టు మందు

1. రేలయిగుళ్ళ వచ్చడిగాని, నేపాళ మాత్రగాని వేసి విరేచనము చేయించ వలెను.

2. బూడిద గుమ్మడికాయ కూర భోజనమున పెట్టుచుండ వలెను.

3. తలమీద ప్రతి రోజు స్నానమున కుంకుడుకాయలు కొట్టి బూడిద గుమ్మడికాయ రసములో నానవేసి తలమీద కొనుచుండవలెను.

పేలడము

1. బండి గురివింద గింజల గంధము నీళ్ళతో తీసి పూయవలయును.

2. మంచి గంధము పూయు చుండవలెను.

3. మంచి నూనె రాచి వేన్నీళ్ళతో స్నానము చేసిన పోవును.

4. ఒక చుక్క యాక్సిప్లస్ ఆయిలును కొంచెము కొబ్బరినూనెలో కలిపి రాయవలెను.

పేను కొరుకు

1. మందార పువ్వును నలిపి దినమునకు రెండు

మూడు స్నాన గట్టిగా రాయవలెను. వెంట్రుకలు కూడా మొలచును.

2. బొప్పాయి పువ్వును నలిపి రాయవలెను.
3. నల్లని చంపి నెత్తుకు రాయవలయును.
4. గురువింద వేరు, గురువింద గింజలు, ములగ వండు, తేనె కలిపి రాయవలెను.
5. చేదు పొట్ట ఆకురసము మర్దన చేయవలెను.
6. హంస పాచాకును నలిపి ఆ తావున రాచిన వెంట్రుకలు మొలచును.

పేలు

1. వెల్లులి రసము ఉదయపు పూట తలకు పూసి వక గంట సేపుంది తరువాత నీకాయ పులుసుతో తలంటు కొనవలెను.
2. గంజాయి ఆకు రసము తీసి తలకు రాచిన పేలు చచ్చుటే గాక చుండుకొ కూడా పోవును.
3. శీతాఫలపు విత్తులను గాని ఆకులను గాని నీళ్ళతో మెత్తగ నూరి తలకు పూయ వలయును.
4. వేసాకు రసమును తలకు పట్టించవలెను.

వైత్యము

1. జీలకఱ్ఱ కషాయముగాని, వసముగాని లేక వట్టిది గాని పూచుకొనవలెను.
2. మువ్వయి తులముల పాలలో వక తులము ఇష్ట మధుకము వేసి కాచి చల్లాల్చి అందు తేనె వక తులము

రెండు తులములు పంచదార వేసి కలిపి వుదయమున వుచ్చు
జొనవలెను.

3. ఆరున్నొక్కసారి నిమ్మపండ్ల పులును వేసి జీలకర్రను
ఎండలో బెట్టి ఆరనిచ్చుచు తలత్రోవ్వు మొదలగు దారుణ
రోగముల యందు సహితము పావలాపత్త చొప్పున ప్రాతః
కాలపు పూట చప్పలించి బాగుగా నమిలి కొంచెము నీటితో
మింగవలెను.

4. రాత్రిపూట మట్టి పాత్రోగాని కంచు పాత్రో
గాని నీళ్ళుపోసి ఆరుబయట పెట్టి సూర్యోదయాత్పూర్వము
మూడు పురిశెల నీటిని వుచ్చుజొన వలయును. తేనె కూడ
తలపవలెను.

5. కొబ్బరికాయ నీళ్ళు వరగడుపున వుచ్చు జొన
వలయును.

6. పటిక బెల్లము పెరుగు మీద మీగడ సమభాగ
ములు కలిపి ఉదయము పూటల తినవలయును.

7. నిమ్మకాయ రసములో కొద్దిగ యాలక పొడి
వేసి పంచదార కలిపి పులి చల్లలో దీనిని కలిపి యివ్వవలెను.
కొద్దిపాటి ఉవ్వు కూడా కలుప వచ్చును.

8. పటిక బెల్లము, యాలకుల పొడి కలిపి కొబ్బరి
కాయ నీళ్ళలో వేసి వుచ్చుజొనవలెను.

నిమ్మరసము, పటిక బెల్లము, సమభాగ
ములు.

ధనియాల కషా
వలయును.

11. పొట్టు తీసిన అల్లము 100 తు। ఆవు నెయ్యి 40 తు।, వటిక బెల్లం 70 తు।, అజిమధుర, మిరియాలు, ధనియాలు, లవంగాలు, యాలక్కాయలు, మంచి గంధం పుసిరికాయ వప్పు వజ్రొక్కటి 1 తు। చొప్పన చూర్ణమును కలిపి దించి పూటకు $\frac{1}{2}$ మొదలు 1 తు। వరకు పుచ్చుకొను చుండిన సమస్త పైత్యములు నశించి మంచి సత్తువ గల్గును.

12. శేత వేప ఆకులు ప్రతి ఉదయం తినుచుండిన పైత్యము నశించును.

13. ఆవు చల్ల 2 తులములు, అల్లపు రసం $\frac{1}{2}$ తులము. తులసి రసం 2 తులములు, తేనె $\frac{1}{4}$ తులము, జీలకర్ర రసం $\frac{1}{4}$ తులము, నిమ్మ రసం అర తులము కలిపి ప్రతి దినం యిచ్చిన సమస్త పైత్యములు నశించును.

పేలు, ఈపి శేక యీర్ఘ్య

1. గంధకమును, గోమూత్రమున కలిపి మర్దన చేయవలెను.

2. వాయు విడంగములను ఆవనూనెతో మర్దించి ఆ తావుల మర్దన చేయవలెను.

పొక్కులు

1. రసకర్పూరము మంచిగంధముతో చుండిన అన్నిరకముల పొక్కులు

2. ఉసిరికపం

3. ఉ

4. మంచి నూనెతో హారతి కర్పూరమువేసి రాయ వలయును.

5. వేసినూనెగాని, కానుగనూనెగాని రాచి మర్దన చేయవలయును.

6. నేతిలో పాలసుగంధి వేరును వేయించి, చూర్ణించి దాని కేసెతో పిల్లలకేల్చిన నోటియందు లేచు పొక్కులు హరించును.

బ డ లి క

1. తలఁటుకొనిగాని. లేకగాని వేన్నీళ్ళ స్నానము చేయవలయును.

2. నిద్రపోవలయును.

3. సంగీతము వినవలయును.

4. గంభోగావంతరము ఒక తులము బెల్లమును తిన లెను.

బ ల వ ర్ధ కౌ ష ధ ము లు

(అనగా బలమును కలుగజేయునవి)

1. వారము రోజులు ఉడయపు పూట ఒక తులము నె, ఒక తులము నీరుల్లిపాయ రసము కలిపి, పొంగించి పుచ్చుకొనవలెను. మంచి బలము, వీర్యవృద్ధి చేయును.

2. భోజనములో దేనితోనైనను కలిపి నిమ్మకాయ లునువాడుచుండిన ఆయుర్వృద్ధి శరీరవర్చస్సు కలుగజేయును.

3. నేలగుమ్మడి చూర్ణముచేసి, మూడు మొదలు ఆరు పన్నముల ఎత్తువరకు ప్రతిరోజు ఉడయ గాని, పటిక పంచదారతోగాని పుచ్చుకొ

4. నలభయి రోజులు నేలతంగేడు నమూనమును ఎండించిన చూర్ణమును ప్రతిరోజు ఉదయమున తేనెతో పుచ్చుకొనవలయును.

5. పద్మిమినవ్వున నానవేసి పొట్టతీసి ఎండబెట్టి పిండి చేయవలయును. దానిని తేత కొబ్బరికాయ నీళ్ళతో తడిసి ఎండించి తిరిగి నీళ్ళతో తడుపుచు ఎండించుచు అటుల ఆరున్నొక్కసారి భావనచేసి, దానిని పాలు, పంచదార కలిపి వండి తినుచుండిన మంచి బలమును కలుగజేయుటయేగాక భాతుపుష్టికూడా చేయును.

6. జీడికెట్టి, పాలనుగంధి కషాయము కాది కొంచెము పటిక పంచదార కలిపి పుచ్చుకొనుచుండిన మంచి రక్తము వట్టును.

7. పెద్ద పల్లెరుకాయలను ముండ్లు తీసి, ఆపుపాలలో వేసి, వండి ఎండబెట్టుచు యిటుల మూడుసార్లయిన తరువాత చూర్ణముచేసి, ప్రతిరోజూ రెండు పూటలను, చూమునకు నమభాగము పంచదార కలిపి ఆ పంచదార కలిపిన చూర్ణము జేడ ఎత్తు మొదలు పావలా ఎత్తు వరకు పుచ్చుకొనవలెను.

8. ఇరవయి తులముల సీమబాదమువల్ల నానవేసి పొట్టతీసి మెత్తగా నూరి ఒకచోట ఉంచి, రెండు తులముల ఆపునెయ్యి, నాలుగు తులములు పటికబెల్లము కలిపి నన్ను మంటబెట్టి పాకముచేసి, ఆ పై నూరినపిండి వేసి వండి పూట ఒకటి, రెండు తులముల చొప్పున రోజుకు రెండుపూట పుచ్చుకొనవలెను.

9. గుమ్మరాలలో కొంతము మిరియవు పొడి వేసి పుచ్చుకొనవలెను.

10. దేహపరిశ్రమను చేయుచుండవలెను. మంచిగాలిని పీల్చుచుండవలెను. పరిశుభ్రత, మంచి ఆరోగ్య పద్ధతులను గమనించవలెను. జీవసాధన వ్యాయామముచేయుట మంచిది.

బల్లి విషము

1. బల్లి పడి చచ్చిన వస్తువులను తినినపుడు కొద్ది కొంతి, పిప్పలి, మిరియాల, సైంధవ లవణము, వసువు కలిపి వేడినీళ్ళతో వేసి, రెండు, మూడు రోజులు పుచ్చుకొనవలెను.

2. బల్లి కరచినచో కానుగ గింజలు నీటితో అరగదీసి రాయవలెను. (ఇచ్చావత్యము)

బాలపాప చిహ్నాలు

1. క్షులతుత్తము రెండు గురిగింజలెత్తు, మూడు గులముల మూచి నీటితో వేసి ఇ వ్య వ ల యును. వసుసము యి తగ్గిపోవును.

2. నవాసాగరము నున్నయు కలిపి ముక్కువద్ద గున చూపించ వలెను.

3. రస భస్మమును రోగ బలిమిని బట్టి అర తులము మారి ఆముదములో గాని చిట్టాముదములో గాని యిచ్చుట కలన విరేచనములయి నివర్తించును. ఇది చాలా మంచిది.

4. నీరుల్లిపాయలు నమిలి ఆ ఘాటును చెవులలోను ముక్కులలోను వ్రాడవలెను.

5. తరుచు పైకి ఎగరవేసి పట్టుకొనుచుండవలెను.

6. చేతుల మణికట్ల పైన, మెడ వెనక ఉండు మధ్య నరము పైన, పనుపు కొమ్ము కాల్చి దానితో గాని, గుడ్డ చుట్ట చుట్టి దానితో గాని, పొగచుట్ట వలనోగాని ఏదేని వరకు కాల్చవలెను. తరువాత రస భస్మమును చిట్టాముద ములో కలిపి పై చెప్పిన రీతిని యివ్వవలయును.

7. పుగాకు నమిలి కండ్లలో కొద్దిగ పుమ్మి వేయ వలెను.

8. మూర్కొండ ఆకు వనరు కండ్లలో పిండవలెను.

9. తేనె వరకూ ఎత్తు, ఆకు జెయ్య ఆకులు వెచ్చ చేసి నీసిన రసము వరకూ ఎత్తు కలిపి యివ్వవలయును.

బు డ్డ

1. తులము ఆముదమును, ఏదై తులముల పాలలో కలిపి ప్రతి దినము ఉదయమున పుచ్చుకొనవలెను.

2. సైంధవలవణము, పిప్పళ్లు, కరక్కాయవేళ్లు, సవ భాగములు చూర్ణముచేసి ఆముదములో కలిపి యివ్వవలెను.

3. కరక్కాయలను గోమూత్రములో నానవేసి తరువాత ఆముదలో వేయించి, చూర్ణముచేసి, సైంధవ లవణము కొద్దిగ వేసి కొంచెము వేడినీళ్ళతో ప్రతిరోజు ఉదయమున పుచ్చుకొనవలయును.

4. రేల చిగురు నేతితో వండి $\frac{1}{2}$ తులము మోతాదు తినేది.

5. మునగ ఆకు తెచ్చి ఆముదతో వెచ్చచేసి కల్ప వలయును.

6. పచ్చిపొగాకు తొక్కి కాచి కట్టినయెడల బుడ్డ అంగము వావులకు మంచిది.

బొటిమలు శక మొటిమలు (ముఖముమీద)

1. సీమదాదం పప్పు పాలుతీసి పైన పూయవలయును.
2. చనుబాలు, మంచిగంధముకలిపి రాయుచుండవలెను.
3. తాటి ముంజెల నీళ్లు రాయవలయును.
4. మిరియాలు, పాలతో గోరోజనము నూరి రాయవలయును.
5. మంచిగంధముతో హారతి కర్పూరము కలిపి రాయవలయును.
6. మాగేడుకాయల చూర్ణమును నీటితో కలిపి ప్రతి రోజు రాయుచుండవలెను.

బొల్లి (తెల్ల మచ్చలు మరియు పొడలు)

1. మిరియము, నల్ల కరక్కాయ, కృష్ణతులసి ఆకు రసమున గంధముతీసి రాయుచుండవలెను. కొన్ని మాసములు రాయవలెను.
2. నిమ్మ రసమున కరక్కాయలు కొద్దిగ చిత్తమూలమున నూరి జాగ్రత్తచేసి వుంచుకొని రాయుచుండవలెను.
3. గజ్జరేరాకు రసము, దిరిశనాకు రసము సమభాగములు కలిపి చాల రోజులవరకు రాయుచుండవలెను. నల్లబైరోజులకు తక్కువకాకుండా విడవక రాయవలెను.
4. నేల తంగేడు సమూలము చూర్ణించి, పెరుగుతో ప్రతి దినము ఉదయమున 2 మాసములు వుచ్చుకొనవలెను.

బోధ

1. కరక్కాయ బెరళ్యను వేయించి ఆ పొడుమును వరుండబోవునపుడు తేనెతో ప్రతిరోజు ఏడెనిమిది గోధుమ గింజలెత్తు సుచ్చుకొనవలెను.

2. ఆవ నూనెనుగాని, నువ్వుల నూనెలో వెలుల్లి పాయలు వేసి కాచిగాని ఆ తావుల రాయుచుండవలెను.

3. కొతిమిరి, కరివేప, తంగేడుపువ్వు, ములగలను ఆహార వదార్థములలో వాడనగును.

భగంధరము

1. జిల్లేడు ఆకులు, పసుపు, సైంధవ లవణము, గుగ్గిలము, గన్నేరాకులను మెత్తగానూరి నూనెలో వేసి, తైలముగ కాచి శేవనముచేసిన భగంధరము శమించును.

2. మల్లెయాకులు, మట్టిచిగురు, తిప్పతీగ, శొంఠి, సైంధవలవణము వీనినన్నిటిని మజ్జిగతో నూరి, శేవనముచేసిన భగంధరము శమించును.

3. వాయు విడంగములు, త్రిఫలములు. పిప్పళ్లు వీనిని సమభాగములుగ చూర్ణించి తేనె, నూనె కలిపి, శేవనము చేసిన క్రిములతో గూడియుండు భగంధరములు నివారించునని చరకమునందు వ్రాయబడియెను.

4. మనుష్యుని శల్యములనుండి తీసిన తైలమును పైన పూసిన భగేంద్రము ఎండిపోవునని. “రసరత్నా కరమున” వ్రాయబడెను.

5. వాయువిడంగములు త్రిఫలములు, పిప్పళ్లు సమ

భాగములు చూర్ణించి తేనె, నూనె కలిపి లేపనము జేసిన త్రిములతో గూడిన భగంధము శమించును.

భ గ లే ప న ము

1. తేనెతో హరికర్పూరమును కలిపి మామిడి వేరుతో అరగతీసి, భగమునకు లేపన మొనరించిన అది కఠినముగ నుండును.

2. కరక్కాయ, పోక, జాజికాయ కలిపి చూర్ణించి మోనియందుంచిన యోని గాఢీకరమగును.

భ య ము

1. నీటితో లవంగమును నూరి కంటికి కొద్దిగా బెట్టవలెను.

2. నిమ్మరసమును నీటితో కలిపి త్రాగించవలెను.

మ చ్చ లు

1. కాశ్యమీదగాని, చేతులమీదగాని మచ్చలు కనవడిన యెడల కానుగవేరు, మిరియాలు నూరి రాచిన యెడల పోవును.

2. నున్నము, అందుకు నాలుగు వంతులెక్కువ ఉత్తరేణి సమూల భస్మము ఆముదముతో వేసి కలిపి రాచిన యెడల అరిచేతులలోని మచ్చలు పోవును.

మ డ ము లు ప గు లు ట మ రి యు శూ ల

1. కొబ్బరినూనెతో మైనమువేసి కాచి రాయుచుండిన యెడల మడమ పగుళ్ళు పోవును.

2. రాతిమీద ఇనుక వేసి నీళ్ళలో వ్రతి దినము మడ
మలు రాయుచుండిన వగలవు.

3. గే దె పే డ ఉడికించి కట్టినయెడల మడమశూల
నివర్తించును.

4. మడమశూలకు నున్నం, చవుడు, నవాసాగరము
నూరి కట్టవలయును. మంట ఉన్నట్టియితే చన్నీళ్లు ధారగా
పోయవలెను.

మ శూ చి క ము

1. కొద్దిపాటి విరేచనమగునటుల ఆముడము ఇవ్వ
వచ్చును.

2. వేపాకు మెత్తగానూరి శరీరమంతటను పూయ
వలయును.

3. వేపచెక్క, చండ్రచెక్క, దిరిశన చెక్క గంధంతిసి
కలిపిపూయవలయును.

4. సాంబ్రాణిపాగ వేవమండలతో వినదుట తరచు
చేయుచుండవలెను.

మా ద లు

1. తలమీద మాదలకు తమలపాకు నమిలి ఉమ్మి
వేయుచుండ వలయును.

2. రెండురోజులకొకసారి దిరశనాకు వనరు తలకురాచి
గేదెపేడతో తల రుద్దవలయును.

3. కొడిగుడ్లసాన రావిచెక్క కాల్చిన మసి కలిపి
రాయవలయును.

4. మిరియాలు, తంగేడు చిగుళ్లు నూరి రాయ వల
కును.

5. తీవ్రమగు మాదలకు నల్లజీడిగింజలు, వేళ్ళు కలిపి
ండుజల్లేడు రసావ నూరి రాస్తే నయమగును. వక్కసారి
వాసి వారము రోజులు చూచి తిరిగి రాయవలెను.

6. బెల్లము, నల్లమందు నూరి మాదలపై రాచిన.
హరించును.

ముట్టు ఆగుటకు

1. పాలు, పంచదార, కవిరి, నెయ్యి తేనె, కలిపి
10 రో. రెండు పూటలా యిచ్చేది.

2. తెల్ల జిల్లేపపువ్వు, బెల్లము నూరి యిచ్చేది.

ముట్టు కడుపునొప్పి

1. నొప్పివచ్చివపుడు పెద్దకాకరాకు వరుగులో పాత
బెల్లమువేసి పుచ్చుకొనవలెను. చప్పిడి వధ్యము.

2. ఇంగువచు పూటకు 5 చిన్నముల చొవ్వున ఆవు
వెన్నతో యియ్యవలెను.

3. కాకరాకువసరు 2తు, నెయ్యి 2తు, మిరియాల
చూర్ణము ½తు. నూరి యియ్యవలెను.

ముక్కు

1. నూనెలో సంపెంగపువ్వులు ఆరోజుని నూరి
ముక్కులో పిండిన సమస్తమగు రోగములు పోవును.

2. ముక్కువెంట నీరుకాదుచున్న యెడల నీరుల్లిపాయ రసము పిండించు శానవలయును.

3. చేదు సారకాయ రసమును ముక్కులో పిండిన ముక్కులో దుర్గంధము (మురిగి పీనస) పోవును.

ముక్కు వెంట నెత్తురు

1. దానిమ్మ లేత ఆకులయొక్కగాని, పువ్వులయొక్కగాని, రసము మూడు నాలుగు చుక్కలు ముక్కులో పోయవలయును. హఠికర్పూరమును కలుపవచ్చును.

2. పరిశుభ్రమగు తెల్లటి గుడ్డమీద సున్నము రాచి దానిమీద కొడిగుడ్డులోని తెల్లటిసాన పూసి చుట్టగా చుట్టి ముక్కులో నుంచవలెను.

3. లేత వేడి ఆకులను ఎండబెట్టి చూర్ణము చేసి తేనెతో వుచ్చుకొను చుండవలెను.

4. పటిక పొడుమును పీల్చవలెను.

5. అప్పడవ్వుడు కొద్ది గ ఎండు కవగలు నమలు చుండవలెను

6. నీరుల్లిపాయను చిత్తుకకొట్టి వానన చూపించవలెను.

7. దానిమ్మ పువ్వుల రసమునుగాని, దానిమ్మ ఆకుల రసమునుగాని, నాలుగుచుక్కలు వాసికా రంధ్రమున పిండిన నెత్తురుకాదుట తగ్గిపోవును.

మూత్రబంధన

1. గంజిలో సూరేకారము వేసి అరగంట కొకసారి పురి
సెడు చొప్పున యివ్వవలెను.
2. ఆవువెన్నలో పంచదార వేసి పుచ్చుకొనవలెను.
3. మజ్జిగలో యాలకులపొడి కలిపి ఇవ్వవలయును.
4. బెండవరుగునీళ్లు వేడికషాయము కాచి అప్పుడప్పు
డిచ్చుచుండవలెను.
5. మేకపాలు, తేనెకలిపి పుచ్చుకొనవలెను.
6. వత్రిదిగుళ్లు తెచ్చి నీళ్ళలో వేసి యిగరకాచి అందు
తేనె కలిపి యివ్వవలెను.
7. ఉసిరికవప్పు కషాయము కాచి అందులో తేనె
పసుపు వేసి పుచ్చుకొన వలయును.
8. తెలగపిండి వేళ్ళరసములో తేనె కలిపి యిచ్చిన
ఎటువంటి కఠినమును నదయినను నివర్తించును.
9. పెగ రోగముచేత మూత్రము బంధింపబడినచో
గొత్తెమూత్రమును కిక్కి తులయులు పుచ్చుకొనిన మూత్రము
వెడలును.

మూర్ఛ (అపస్మారము)

1. మామ్రొండాకు పసరు గేదె వెన్నలో కలిపి
లోపలికివ్వవలెను. ఇది చాలమంచిది.
2. దురదగొండ కొమ్మలు కట్టకట్టి నెమ్మదిగా నూగు
అంటునటుల కొట్టవలెను.
3. ఎండు పసుపుకొమ్మ పొగవట్టవలెను.

వాతసంబంధముగు వాటికి ఆరతులము, నువ్వులము, వెలులిపాయలు చూర్ణించి నీటితో నిత్యము తీసికొనవలెను.

5. వస చూర్ణము తేనెతోగాని, ఆవుపాలతోగాని ఎనిమిది మాసములు పుచ్చుకొనవలెను.

6. జిల్లేడు చిగుళ్ళరసం తీసి నస్యంగావాడవలెను.

7. కసివిందవేళ్ళ రసమున నెయ్యి కలిపి యివ్వవలెను.

8. మగశిశువుగల స్త్రీ చనుబాలలో కుంకుడుకాయ అరగదీసి ముక్కులో వేయవలెను.

9. దుష్టపాకురసము చెవిలో పోయవలెను.

10. మనుష్యుని ఎముక భస్మము చేసి పీల్చి, ఆ భస్మముయొక్క పొగకూడా పట్టవలయును.

11. బహిష్టయిన స్త్రీ మూర్ఛరోగిని మూర్ఛలో నున్నప్పుడు ముట్టుకొనవలయును.

12. చనుబాలు, చెరకురసం, శ్రీగంధం కలిపి కొద్దిగా ముక్కులో పోయవలెను.

13. మగదారచెట్టు చెక్క చూరం పావుతులము వెన్నలో కలిపి యివ్వవలెను.

14. నిమ్మపండురసములో వకతులము వసచూర్ణము కలిపి ప్రతిరోజు యివ్వవలయును.

15. ఉత్తరేణి విత్తును గోమాత్రముతో నశ్యము చేయవలెను.

16. జిల్లేడుపాలలో విధూతిని నాలుగు మారులు ఎండించి రోగికి నశ్యం చేయవలెను.

17. కుంకుడుకాయ, వావిటూకు నూరి ఆరసమును
వెనిలోను ముక్కలోను పోసి కొంచెము లోవలిచేసి.

18. స్మశానములో నుండు మనిషి పుత్రును చూర్ణము
చేసి కళ్యముగి ప్రతి ప్రాతఃకాలమున పీల్చిచేడి.

19. మనిషి ఎముకచూర్ణమును ప్రతిరోజు ఉదయమున
రెండు వడ్లగింజల ఎత్తు తేనెతో పుచ్చుకొనవలెను.

20. దురదగుండవేళ్ల రసమును కసివిందవేళ్ల కషాయ
ములో నెయ్యి చేర్చి పుచ్చుకొనిన మార్చలు తప్పక
వర్తించును.

మూలశంఖ తేక మూలవ్యాధి

1. నీరల్లిపాయరసము రెండు డబ్బులెత్తు పంచదార
చూగాని ఎత్తు కలిపి ప్రాతఃకాలమున పుచ్చుకొనవలెను.

2. మూడు తులముల ఆపు నేతిలో అరతులము వెలి
కారము కలిపి నూరి మొలకలకు రాయ వలయును.

3. పాము కూసము పొగ ఆరసమునకు కట్టవలెను.

4. రావాకు, వేపాకు నూరి లేపనము చేయ వల
యును.

5. బొంత చెముడు పాలలోను, వసువు యందును
చూలు దారమును పలుమారు ఊరబెట్టి మొలకలకు కట్టిన
తెగి వడును.

6. జిల్లేడు ఆకులకు ఆముడము పూసి వెచ్చచేసి
ఆ స్థానమున కట్టవలయును.

7. మట్టియాకుల బూడిద నూనెతో కలిపి లేపనము
చేయవలయును.

8. తేనె నల్లేరుకనము యివి రెండేసి తులములు కలి.
శ్రాగిన రక్తమూలశంఖ హరించును.

9. వర, గంజాయి పసుపు సమభాగములు పొదును
చేసి పొగ వేయనలయును.

10. చక్కెర, లేత తామరఆకు నూరి తినవలెను.

11. కరక్కాయ, పిప్పళ్లు నేతిన వేయించి బెల్లము
కలిపి తినవలెను.

12. ప్రతిరోజు ఉదయమున నే మేకపాలను పుచ్చుకొను
చుండిన రక్తము కారునవి హరించును.

13. నాలుగు తులములు వేపాకు, నల్లజీడిగింజలు
అయిదు, నూరి బెల్లముతో పాకముబట్టి అయిదురోజులు ఇవ్వ
వలెను.

14. నూరు నిమ్మపండ్ల రసముతో పావుశేరు ఉత్తరేణ
గింజలను మర్దించి మాత్రలుచేసి ప్రతిరోజు వక్కొక్క మాత్ర
వేసికొనిన రక్తమూలవ్యాధి హరించును.

15. కంఠగడ్డకు మన్న వట్టింది పుటమువలె ఉడక
బెట్టి ఉప్పు, నూనె కలిపి తినవలెను.

16. కరక్కాయలు, శొంఠి, పిప్పళ్లు దానిమ్మకాయల
బెరడు నీటితో ఎవరిశరీరమున కనుకూలించిన, దానిని తెచ్చి
బెల్లమువేసి మెత్తగానూరి తినిన మూలవ్యాధి, దానియొక్క
మలబద్ధముల జీర్ణము హరించును.

17. గోమూత్రమున కాకరకాయను రాత్రి నానవేసి
ఉదయమున తీసి బెల్లముకలిపి తినవలెను.

18. ముప్పది తులముల పాలతో అరతులము పెలి

గారమువేసి రోజుకు మూడుసార్లు పుచ్చుకొనవలెను. రక్తము తక్షణమే కట్టును.

19 నిమ్మరసమున కోడికాలు ఎముకగంధము తీసి పట్టిచి చిక్కుడారులువేసి కట్టవలయును.

20. నల్లేరురసము తేనె రెండేసి తులములు కలిపి పరుండబోవునపుడు పుచ్చుకొనుచుండిన రక్తములలు తగ్గిపోవును.

21. ఉషయముననే మేకపాలను త్రాగుచుండిన ఎడల నెత్తురుకాదు మొలలు తగ్గిపోవును.

22. బొంతజెముడుపాలు పసుపుకలిపి పైన రాయుచుండిన మొలలు హరించును.

మే హ ము

1. ఉత్తరేణీతకు రసముతో మిరియాలపొడిని కొద్దిగ కలిపి పుచ్చుకొనవలెను.

ర క్త వాం తి

1. పెరుగు తోటకూరను తరుచు వాడుచుండవలెను.

2. మట్టివండలను ఎండించి చూర్ణముచేసి అదియును అతిమధుర చూర్ణము సమభాగములు కలిపి అందుకు సమము పంచదార కలిపి పుచ్చుకొనవలెను.

3. కొంచెము ఉప్పును చల్లని నీళ్ళతోకలిపి త్రాగిన పొటనే కట్టును.

ర స ప ట్లు

1. నోరు స్త్రోత్రమున యెడల నీశ్వలో పటికపాడివేసి తరుచు పుక్కిలించి కొంచెముసేపు నోట వుంచుకొని ఉమ్మి వేయు చుండవలయును.

2. తలసిరకును కవిరితో నమలుచుండి ఉమ్మి వేయవలెను.

3. తాఁబూలమును కవిరితో వేసుకొనవలెను.

4. నీశ్వలో వెలిగారమువేసి అనీటిని తరుచు పుక్కిలింపవలెను.

రా చ పు ం డు

1. కరక్కాయ, కవిరి సమభాగములు చూర్ణముచేసి నేయికలిపి రాయవలయును.

2. రాక్షసిబాగ్గు చూర్ణం చల్లవలెను.

3. వేపాకునూరి కట్టుచు, వేపాకు కషాయముతో కడుగుచుండవలెను.

4. కావ్విపాలు పొడుచుచుండవలెను.

5. అరిసెలువేసి కట్టవలెను.

రు తు శూ ల

1. ఉసిరికాయంత బెల్లములోనైనను, వెన్నలోనైనను చింతపండులో నైనను, ఇండపకాయంత రాజీనున్నముపుంచి బయట ఉండిప నాలుగురోజులు ఉదయమున పుచ్చుకొనవలయును.

2. పూటకు అయిదు చిన్నముల ఇంగువ ఆవువెన్నలో కలిపి యివ్వవలయును.

3. తంగేడువేళ్లు మిరియాలు నీళ్లలోనూరి మాత్రలు చేసి రోజుకు రెండుపూటల వేసికొనవలెను.

4. మిరియాలు, ఏక వెల్లులిపాయలు, మూర్క్కండాకు సమభాగములువేసి నూరి వెలువలనున్న మూడురోజులు యిచ్చాపత్యముతో యివ్వవలయును.

5. వెలువలనున్న రోజులలో రెండుపూటలు వేపాకు రసములో మిరియాలపొడి కలిపి యిచ్చాపత్యముతో సేవించవలెను.

6. చప్పిడిపత్యము పెట్టి బయట ఉన్న మూడురోజులు అటుల మూడుముట్లవరకు మూర్క్కండాకు పసరు మూడు బొట్లు ముచినూనె మూడుబొట్లు కలిపి యివ్వవలయును.

రు తు బ ద్ధ ము

1. పావురముల రెట్టను బెల్లములో పొదిగి, బహిష్టు రోజులలో ఉదయముకూడ ఒక్కసారి చొప్పున మూడు రోజులు యివ్వవలయును.

2. పాలు, పంచదార, నెయ్యి కలిపిన తర్వాత కరి, కేసె కలిపి, పదిరోజులు రోజుకు రెండు పూటలు యివ్వవలయును.

3. తెల్లజల్లేడుపువ్వు బెల్లము నూరి యివ్వవలయును.

4. ఒక చిన్నము ముసాంబ్రమును నీళ్ళలో నూరి, లోవలి కివ్వవలయును.

5. దాల్చిన చెక్కను అవ్వడవ్వడు వట్టిది తినుచు ద్రవమును మ్రింగుచుండవలెను.

6. జీలకర్ర దోరగ వేయించి తినుచుండవలెను.

రేచీకటి

1. కానుగవేరు తేనెతో అరగదీసి కండ్ల కుంచవలెను.
2. నల్ల ఉమ్మెత్తాకు రసము, అల్లపు రసము కలిపి కండ్ల కుంచవలెను.
3. ములగాకు రసము, నల్లి నెత్తుకు కలిపి కండ్లకు పెట్టవలయును.
4. జాజికాయను తేనెతో అరగదీసి, ఆ గంధమును కండ్లకు పుంచవలెను.
5. తేనె, ములగాకు రసము కలిపి నేత్రములకు పెట్టవలయును.
6. ఒకటి రెండు చుక్కలు రాత్రిపూట నీరుల్లి పాకు రసమును కండ్లలో పిండవలెను.
7. మిగతా పదార్థములు వదలి వారమురోజులు దేశ వాళీ గోంగూరను వండుకొని అన్నాధరపుగ చేసికొని తినవలెను.
8. కంటితో ఆరోజు విడిన పరిశుద్ధమగు అవిశ పువ్వుల రసము బోయుచుండవలెను.
9. సబ్బు అరగదీసి వేయుచుండవలెను.
10. మేకచేయను నీళ్లతో వేయవలెను.
11. తమలపాకు రసమును పరుండ బోవు నపుడు కండ్లలో రెండు వరాడు చుక్కలు వేయుచుండిన రేచీకటి పోవును. నేత్ర రోగములకు చాలవాటికి మంచిది. మేలు చేయును.

వమనము (వాంతి చూడుము)

1. జ్వరములలో వమన మున్నయెడల రాతి నున్నము పైని తేటనీళ్లు, పాలు, అయిదేసి తులములు కలిపి అప్పు డప్పుడు యాయవలయును. సాధారణ వమనములకు అయిదు తులములు రాతినున్నము నీటిని, ముప్పది తులముల పాలలో కలిపి ప్రతిరోజు మూడుపూటల యివ్వవలయును.

2. ఏభయి తులముల నీటిలో మూడు తులముల శొ చూర్ణమువేసి రెండు ఘంటలసేపు మరగబెట్టి చల్లార్చిన తరువాత అరగంట కొకసారి కొద్ది కొద్దిగ యాయవలయును.

3. మరగబెట్టిన ఏబది తులముల నీటిలో ఒక తులములవంగ చూర్ణము కలిపి రోజుకు మూడు పూటలు, పూట వక్కంటికి అయిదు తులముల చొప్పున యివ్వవలయును.

4. మంచుగడ్డ ముక్కలను కొద్దికొద్దిగా నోట ఉంచవలెను.

వ రి బీ జ ము

1. పాలు ఆముదము సమభాగములు కలిపి పూటకు రెండు తులములు చొప్పున పుచ్చుకొన వలయును.

2. నాచు వెచ్చచేసి కట్టవలెను.

3. ముప్పది తులముల నీటిలో నాలుగు తులముల ములగచక్క వేసి కషాయముకాచి య్నెమిదవ వంతువరకు కాగిన తరువాత పావుతులము సైధిధవ లవణమువేసి, పుచ్చుకొనవలయును.

4. బెండాకు, పుట్టమన్ను నూరి, వెచ్చచేసి కొంత సేపు కాచి, దానికి పైన వేసి కట్టవలెను,

5. రానున్నము, కోడిగుడ్డు సానతో నూరి, పట్టు వేయవలెను.

6. వస, ఆవాలు నూరి పట్టు వేయవలెను.

7. పుల్ల దబ్బరకులు, ఆముదమున వెచ్చచేసి కట్ట వలెను.

8. చింతవండు, నున్నము కలిపి కట్టవలెను.

9. వంకాయ ఉడికించి వేడిగా నున్నప్పుడు కట్టవలెను.

10. అర తులము ఇంగువ, ఒక తులము వెల్లులి, చూడు తులములు ఉలవలు, ముప్పది తులముల మంచి నీళ్ళతో కషాయము పెట్టి. యెనిమిదవ భాగము వరకు యిగురువరకు కాచి, అందులో అరతులము నెయ్యి కలిపి పుచ్చుకొనవలెను.

11. పది మిరియాలు, పది ములగ పువ్వులు కలియ నూరి, కొంచెము కడుగులో కలిపి పుచ్చుకొనవలెను.

12. పిప్పళ్ళు, మిరియాలు, శొంఠి ఒక్కొక్కటి తులము చొప్పున ముప్పయి తులముల నీళ్ళతో వేసి, యెనిమిదవ భాగమునకు యిగురు నటుల కషాయము కాచి, పుచ్చు కొనవలెను.

వాతము

1. శొంఠి సారాయితో నూరి పట్టువేసిన మేహవాత నొప్పులు, పక్షవాతము నొప్పులు హరించును.

2. ఆముదముతో బుడ్డకాకరాకు రసము యెక్కువగ

వేసి, కాచి, లోపలికి ద్విచినను పైసమర్దన చేసివను నడుము నొప్పి, మేహవాత నొప్పులు నివర్తించును.

3. నూనె నాలుగుతులములు, వయిడిపత్తి ఆకురసము నాలుగు తులములు కలిపి, తులమగువరకు కాచి, తలకు మర్దన చేసినయెడల శిరోవాతము తగ్గును. కుంకుడుకాయతో రుద్దకూడదు.

4. నల్లమందు కొద్దిపాటి మిరియాల రసముతో, శొంఠి రసముతో వేసుకొనుచుండిన సమస్త వాతములు పోవును.

వాంత్రి (వమనము చూడుడు)

1. కర్రవేపాకు, జీలకఱ్ఱ, ఉప్పు, తేనె, నిమ్మరసము రసము కలిపి యివ్వవలయును.

2. జీలకఱ్ఱ, మిరియాల, సైంధవలవణము, పంచదార, తేనె యివి లేహంచేసి పుచ్చుకొనవలెను.

3. ధనియాలు, జీలకఱ్ఱ, చూర్ణముచేసి ఆవునెయ్యి, పంచదార కలిపి పుచ్చుకొనవలెను.

4. వెలగపండుగుంజ, పిప్పలి చూర్ణము తేనెకలిపి యివ్వవలయును.

5. దాల్చిన చెక్క, యాలకులు, మిరియాలు, చింత పండు యింగువ నూరి తేనెకలిపి యివ్వవలెను.

6. కరక్కాయ పొడుమును తేనెతోకలిపి పుచ్చుకొన వలెను.

7. మేడిపేరు ఆవుపాలతో గంధము తీసి పంచదారకలిపి జీవించిన యెడల రక్తవాంతికూడా కట్టును. ఇచ్ఛావత్సయం.

8. నీళ్లలో నిమ్మకాయ రసమును కలిపి యివ్వవలయును.

9. కడుపుపైన ఆవాలవట్టు వేయవలయును.

వాంఠి అగుటకు

1. వేడినీళ్లు ఎనిమిదితులములు తెచ్చి అందులో తులము ఉప్పు, తలము ఆవాలపిండి కలిపి యివ్వవలయును.

విరేచన బద్ధము (విరేచనము లగుటకు)

1. ఆముదము ఒకతులము, ద్రాక్షవండ్లు రెండు తులములు మొత్తము యిరవయి తులములు కాచి వడియకట్టి ఉదయమున యిచ్చుచుండ వలెను.

2. తేనె రెండుతులములు, నురామాఖ నాలుగుతులములు, ద్రాక్షవండ్లు ఎనిమిది తులములు కలిపి నూరి రాత్రి వరుండబోవునపుడు వకతులము పుచ్చుకొనిన ఉదయమునకు విరేచన మగును.

3. మూడు నీరుల్లిపాయలు, గుప్పెడు చింతాకు నూరి యిచ్చిన విరేచన మగును.

4. అకుజెముడు టెట్టుపాలు ఒకటి రెండు చుక్కలు వడు ఎనిమిది తులముల చల్లలో వేసి కాచి వడయకట్టి ఇచ్చిన విరేచనములగును.

5. తవ్వెడు మరుగునీళ్లలో నుమారు నిమ్మకాయంత ఆవువెన్న వేసి త్రాగించిన మలమూత్ర బద్ధము మానును.

6. దాల్చినచక్క అరతులము, కరక్కాయ వేళ్లు

మూడుతులములు, ఏభయితులముల నీటిలోవైచి కషాయము
జెట్టి ఏడుతులములుగ మరగజెట్టి ఉదయమున నే యివ్వ
పలయును.

7. కెముడుపాఁను అరచుక్క మొదలు రెండుచుక్కల
వరకు తలపెత్తు మొదలు రెండుతులముల ఎత్తు పెన్నతో
గాని లేక నెయ్యితోగాని యిచ్చిన విరేచనముగను.

8. నేపాళపు గింజలలోని వప్పుడు గుడ్డతో మూట
గట్టి కేడలో ఉడికించి, ఆగింజలలోని ఆకులను తీసివేసి, ఒక
వంతు వప్పును, కవిరి రెండువంతులు చొప్పున వేసి నూరిన
మంచి విరేచనోపధ మగును. మోతామ మూడు గోధుమ
గింజలయెత్తు.

9. చిట్టాముడము, ఆవుపాలు సమభాగములు కలిపి,
కొంచెము కలకండ కలిపి, పుచ్చుకొనినయెడల సౌఖ్యముగ
విరేచనములు, కడుపులోని పురుగులు కూడా వడిపోవును.
సాయంత్రము శొంఠి, మిరియాల కషాయము త్రాగవలెను.

10. ఆముడము, తేనె, అల్లపురసము, సమభాగములు
కాచి పుచ్చుకొనవలెను.

11. అల్లపురసము, ఆముడము, పాలు కాచి పుచ్చుకొని
వలయును. కొంచెము తేనె, ద్రాక్షపండ్లు కలిపి, పుచ్చు
కొనవలయును.

12. పాలు, తేనె, ద్రాక్షపండ్లు కలిపి పుచ్చుకొన
వలయును.

13. అవిశాకు చారుకాచి త్రాగవలెను.

14. తెల్ల వారుగ్గూమున చల్లటినీటిని నాలుగైదు

జొన్నులు నీటిని లోనికి పుచ్చుకొనుచుండిన విరోచన బద్ధము
మానును.

15. నేలతగేడు చెట్టును పొడిచేసి, మూడు వేళ్ళకు
వచ్చినంత బెల్లములో వేసి, పరుడబోవునపుడు తినిన
ఉదయమునకు గూడించి విరేచనమగును. శరీరమును మంచి
స్థితిలోనికి దెచ్చును.

విరోచనములు (అతిసారము)

1. మిరియాలు నూరి నీటిని గరిటలో వేసి పొంగించుచు
అందున మిరియాల మాత్రలు ఆ నీటియందు వేసిన కొంచెము
సేవటికి తేలును. ఆ తేలిస మాత్రల వయికి తీసి కొంచెము
నల్లమందు కలిపి నూరి కుంకుడు కాయంత మాత్రలు చేసి
తరువాత పావుగంటకు వకటి చొప్పున తగ్గువరకు అయిదారు
మాత్రలు వేసిన యెడల ఎటువంటివయినను తగ్గిపోవును.

2. దానిమ్మ మొగ్గల చూర్ణము పుచ్చుకొన
వలయును.

3. శొఠి మెత్తగా నీళ్ళలో నూరి కొంచెము నల్ల
మందు కలిపి ఉడికించి శనగ గింజలంత మాత్రలు చేసి పూట
కొక మాత్ర చొప్పున మూడు సార్లుగాని యెక్కువగానున్న
యెడల రెండేసి గంటల కొక మాత్రగాని వాడవలయును.

4. నేటిలో వేసి సోపు శొఠి వేరువేరుగా వేయించి
వేరువేరుగా చూర్ణము చేసి సమభాగములు కలిపి యుంచు
కొని మూడు వేళ్ళకు వచ్చినంత చూర్ణము నోటిలో వేసి
కొని కొద్దిగ నీళ్ళు పుచ్చుకొన వలయును.

5. శరీర స్థితిగతులను పరిశీలించి కొద్దిగ నల్లమందు వాడిన యెడల తగ్గును. పిల్లలకు నల్లమందు వాడకూడదు.

వీర్యవృద్ధి (ఇంద్రియ నష్టము చూడుడు)

1. పాలు, మినుములు, జీడివ్వు, ఉసిరికపప్పు సమ భాగములు నూరి యివ్వవలయును.

2. పంచదార తేనె, ఆవుపాలు, నువ్వులు, పల్లెయ కాాయలు యివి సమ భాగములు గుండ చేసి పూటకు తలము చొప్పున సేవించ వలయును.

3. మెంతులు దోరగా వేయించి విసిరి పంచదారతో పాకు బట్టి ఉదయమున అరతులము చొప్పున సేవించవలెను.

4. ఉండలో ఆవుపాలు పోసి పొయి సెగను బెట్టి ముదురు తుత్తిరి బెండ వచ్చివేసుతో కలయ త్రివ్వచూడిన పాలు గట్టిపడి చూర్ణముగా తయారగును. దీనిని పూటకు బేడెత్తు ఆవుపాలలో వేసి ప్రతిరోజు ఉదయమున పుచ్చుకొన వలయును.

5. ఖర్జూరపు కాాయను నోసి గింజ తీసివేసి అందు నిండుగ పంచదార కూరి నలభయి కాాయలను తేనెలో ఊర వేసి ప్రతిరోజు వక కాాయ చొ॥ 40 రోజులు పుచ్చు కొన వలెను.

6. ఉసిరిక చూర్ణమును ఉసిరిక రసముతో ఏడుసార్లు ఊబెట్టి నేతితో పుచ్చుకొని పాలను త్రాగిన యెడల మిక్కిలి వీర్యవృద్ధి గల్గును.

వ్రణములు

1. కృష్ణతులసి ఆకు నూరి, కట్టిన వ్రణములలోని క్రిమీలు వదిలొవును.

2. అరటికాయను కుమ్మలో ఉడికించి, ఆముదమున నూరి ఐదు కట్లు కట్టవలెను.

3. అరటిపొడు, వరి అన్నమును ఆవుసేతితో నూరి కట్టవలెను.

4. గుల్లసున్నం ఆముదములోనూరి దూదికిరాది వత్తి ఎక్కించవలెను.

5. ఆవుసేతితో రావిచిగుళ్ళను వ్రడికించి కురుపుమీద జేసి ఆపైన నల్లమందు నీళ్ళనుపోసి ఆపైన మయినముబిళ్ళ వేయవలెను. పురుగులు చచ్చును.

6. దుద్రజగడ ఆకునూరి ఆవుసేతిని వ్రడికించి కట్టవలెను.

7. సరమూతముతో వంగాకునూరి రావిఆకులోవుంచి కట్టవలయును.

8. కక్కపొగాకునూరి కట్టిన యెడల పురుగులు చచ్చును.

9. అన్న భేది నీళ్ళను కడగవలెను.

10. వ్రణములో పురుగులు ఏమియుజేనట్టు తోచిన యెడల ఆవుసేతితో జాజికాయ చూర్నమును కలిపి పూయ వలెను.

11. పాతసున్నమును పెరుగుమీది తేటతోనూరి లేవ నము చేసి, తైలదగ్గ వ్రణము మానును.

12. బియ్యముకాల్చి భిక్షమును నువ్వుల నూనెతో జేర్చి మాటి మాటికి రాసిన అగ్ని దగ్ధ వ్రణములు శీఘ్రముగ నివర్తించును.

13. శీతాఫలపు ఆకును, హరితి కర్పూరమును, కొంచెము పుగాకు వేసి నూరి వ్రణముపై కట్టుచుండిన లోని పురుగులు చచ్చి మానును.

వెంట్రుకలు ఎదుగుట

1. మంచి నూనెలో నీలిమందు కలిపి పూయ చుండవలెను.

2. కొబ్బరినూనె, మందార పువ్వుల రసము సమ భాగము కలిపి నవ్వుని మంట పెట్టి రసము ఇగురు వరకు కాచి పిలకు పూసుకొను చుండవలెను.

3. ముసాంబరము తలకు పూసిన వెంట్రుకలెదుగ జేసును.

4. ఒక వండలము ప్రితి దినము రేగు ఆకులు మెత్తగా నూరి తలకు రుద్దుకొని స్నానము చేయవలెను.

5. రెండు వంటల సారాయిలో ముసాంబరమును కలిపి వెంట్రుకలకు పూయవలెను.

6. నీరల్లిపాయను తలపై రుద్దుచుండిన వెంట్రుకలు ఊడుట తగ్గును.

7. జిల్లేడు పాలకు కొబ్బరినూనెలో కలిపి రాసిన వెంట్రుకలూడుట పోవును.

8. నీళ్లలో పాగాకును వేసి పిసికి తలకు రాయుచుండిన వెంట్రుకలు రాయట తగ్గును.

వెంట్రుకలు నల్లబడుటకు రంగు

1. సీసముతో కల్యము, అందున నూరేది చేయించి తమలపాకులలో వేసుకొనే సున్నము, బొట్టు పెట్టకునే సుద్ద యీ రెంటిని సమ భాగములు పై కల్యములో వేసి నీళ్ళు పోసి మొత్తముగా నూరవలెను. అటుల వక పావుగంట రమారమి నూరగానే అది నల్లగా కలమువలె అవును, వల చగా కాకుండ చిక్కగా కాకుండ జిగటగా ఉండేటట్టు నూర వలెను. సదరు గింధమును వెంట్రుకలకు కుదురంట బాగుగా రాచుకొని రోజూ వాడుకొనే దువ్వెన్న గాక వేరు దానితో దువ్వకొని అటుల రాచిన వెంట్రుకల పైని తమల పాకు గాని, ఆముదవు ఆకులుగాని వేసి ఒక గుడ్డ వేసి కట్టి రాత్రిపూట అయిదారు గంటల సేపు అలా వుంచిన యెడల నల్లగా అగును. నెల రోజుల పరకు నలుపు పోదు. దీనిని ఎప్పటి కప్పుడు తయారు చేసు కొనవలెను.

శ గ (వచ్చ)

1. సున్నపు నీళ్ళు, కానక వేరు రసము, కొబ్బరి పాలు సమ భాగములు కలిపి యివ్వవలెను.

2. జీడి గింజలు, నువ్వులు, పాత బెల్లము లేక తాటి బెల్లము, కొబ్బరి ఇవన్నియు సమ భాగములు నూరి పూటకు అర తులము చొప్పున మూడు పూటలు వుచ్చుకొన వల యును. వులును పనికిరాదు.

3. రాచ ఉసిరిక వేరు రసములో పంచదార వేసి వుచ్చుకొను చుండిన తగ్గిపోవును.

4. వలకులు, గుగ్గిలము సమ భాగములు చూరము చేసి పూటకు పావు తులము చొప్పున చీనా వంచదారతో పుచ్చుకొనేది.

5. రత్నపురుష, మిరియాలు సమ భాగములు నూరి పూటకు పావు తులము చొప్పున సేవించేది.

ఎట్ట సె గ

1. తెల్ల కవిరి, బెల్లము నూరి వది దినములు పుచ్చుకొనిన తగ్గిపోవును.

2. వలకులు పావు తులము, జా జి కా య పావు తులము చల్లలో నానవేసిన గజ్జా గింజలు అర తులము, వంచ దార అర తులము వీటి నన్నిటిని నూరి పూటకు పావు తులము చొప్పున పుచ్చుకొనిన తగ్గిపోవును.

వెర్రి కుక్క, న క్క కా టు

1. బలుఁక్కసి వేరు, పుష్కొత్త వేరు, బెల్లం యివి నూరి పూటకు గచ్చకాయంత రెండు పూటలా 6 రోజులు యిచ్చేది. ఆపు, చల్ల, అన్నం తప్ప ఏమియు పెట్టరాదు.

2. నూనె, తెలగపిండి, బెల్లం, జిల్లేడు పాలు యివి సమం కల్పి యిచ్చేది.

3. దువ్బపువేరు, మిరియాలు, నూనె, నెయ్యి కలిపి త్రాగిన కుక్క, నక్కల విషము పోవును.

4. ఉత్తరేణి చక్క రసం తేనెతో యిచ్చిన పిచ్చి కుక్క, నక్కల విషముతగ్గును. యిరిని కోడిరెట్ట కాటు మీద వేసేది.

తెల్ల సెగ

1. గవ్వ సాంబాణి చూర్ణమును పూటకు నాలుగు చిన్నముల చొప్పున కలబంద రసముతో గాని నీటిలో గాని వంచదార నీటిలోగాని పుచ్చుకొనిన తగ్గిపోవును.

2. ఏలకులు, ల వ ం గ ము లు, చలవ మిరియములు వాయు విడంగములు సమ భాగములుగ చూపించి పూటకు పావు తులము చొప్పున వక తులము వంచదారతో పుచ్చు కొనిన తెల్ల సెగ తగ్గిపోవును.

3. బలురక్కసి పేళ్ళ రసము, చీనా వంచదార కలిపి కఠిన వత్త్యముతో ఇచ్చిన సమస్త సెగలు, కునుమ మొదల యినవి హరించును.

4. ఏలకులు, గుగ్గిలము సమ భాగములు చూర్ణము చేసి పూటకు పావు తులము చొప్పున చీనా వంచదారతో పుచ్చుకునేది. ఆవ, కారము, ఎక్కవ పులుపు వేడి వదార్థ ములు వర్జితం.

5. పచ్చగా నుండు గవ్వలను కాల్చి చూర్ణము చేసి పూటకు 1/4 తులము చొప్పున రెండు పూటలా చక్కెరతో పుచ్చుకొనేది.

శూ ల

1. శొంఠిని పొడిచేసి నువ్వులు, బెల్లము తొక్కిన దానితో కలిపి దానిని ఆవుపాలలతో కలిపి పుచ్చుకొనిన సర్వ విధ శూ లు హరించును.

2. వెల్లులి పాయల రసమును, కొంచెము కేసితో

కలిపి పుచ్చుకొనిన అ సా ధ్య ము ల గు పరిణామ శూలలు
కుదురును.

3. ఉప్పు కలిపిన పెరుగుతో నువ్వులపిండి కలిపి
పుచ్చుకొనిన అన్నమును వజ్జించిన పరిణామ శూల కూడ తగ్గి
పోవును.

4 ఉప్పునుగాని శంఖు భర్మమునుగాని వేడి నీళ్ళతో
పుచ్చుకొనిన తగ్గిపోవును.

5. ఉప్పు వేయకుండా ఎండు మిరపకాయలను నూరి
లెండు కరక్కాయల ఎత్తు పరిమాణమున పరగచువున తిరు
చుండిన తగ్గిపోవును.

6. వాము, సైంధవ లవణము, కరక్కాయ, శొఠి
వీనిని నమ భాగములుగ చూర్ణించి సేవించిన సర్వ శూలలు
హరించి అగ్నిదీప్తి కలుగును.

శోభి

1. తులసి ఆకు రసమున మిరియములు నూరి పట్టించు
చుండిన శోభి తగ్గిపోవును.

2. నిమ్మరసము, కొబ్బరినూనె నమ భాగములు కలిపి
రాయుచుండ వలెను.

3. వంగి గంధము, హరితి కర్పూరము కలిపి రాయు
చుండ వలెను.

శ రీ ర దు ర్గంధము

1. మాదీఫల రసముతో తేనె లేక నెయ్యి కలిపి ప్రతి
ఉదయము సాయంకాలమును పుచ్చుకొనుచు తంగేడి వువ్వును

నున్నిండితో కలిపి నుగు పెట్టుకొనుచు వేన్నీళ్ళతో
స్నానము చేయుచుండిన పోవును. పప్పు దినుసులు వర్జితం

షం డ త్వ ము

1. ఉసిరిక వరుగును చూర్ణించి ఉసిరికాయల రస
ముచే 21 సారి భావనచేసి (ఒక్క రోజు నూరి ఎండబెట్టి వరు
నాడు తిరిగి మర్దించి) ఎండ తగులకుండా ఎండించి దీనికి
సమానము పటికబెల్లపు పొడిని జేర్చి తేనెతో పూటకు అర
తులము వంతన రెండు పూటలా పుచ్చుకొనుచు అవెటనే
పాలు త్రాగ జలెను. ఇటుల చేసిన వృద్ధులు సైతము
యశావసులతో సమాన మగుదురని “చక్రదత్తము” నందు
(వాయుబడిను.

2. కంకుమ పువ్వు రెండు భాగములు, నల్లమందు
మూడు భాగములు, కస్తూరి ఒక భాగము, జాజికాయ
తోమ్మిది భాగములు, లవంగములు ఆరు భాగములు. వీనిని
చక్కగా చూర్ణించి తేనెతో మర్దించి, కందులవలె మాత్ర
లను జేసి రాత్రులందు క్షీరములతో బుచ్చుకొనిన బహు
మందిస్త్రీలతో భాగించు శక్తి గలుగుటయే కాక, నపుంసకర్మము
నివారించును అని “వైద్య కుతూహలము”లో వ్రాయబడియెను

3. తామర గింజలను నన్నగా నూరి తేనెను కలిపి
నాభికి లేవన ముసరించిన వీర్యస్తంభన మగును.

స వా యి

1. చిత్రమూలములు రెండు తులములు, తెల్లజిల్లేడు
చెక్క రెండు తులములు, ఖరగిచెక్క నాలుగు తులములు

వీటిని చూర్ణించి పూటకు పావుతులము చొప్పున తేనెతో పుచ్చుకొనిన అన్ని సరాయిలు తగ్గించును. (ధర్మవంశం)

2. ఉసిరికచెక్క, లవంగాలు, మిరియాలు, పిప్పళ్ళు, వీనిని సమభాగములుగ నీటితోనూరి యిండుపు గింజలంత మాత్రయచేసి, పూటకు ఒకమాత్రా చొప్పున పుచ్చుకొనిన యెడల అంగముచుట్ట కురుపులువేసినట్టి సరాయి తగ్గిపోవును.

3. మిరియాలు, బలురక్కసి, అల్లము వీటిని నూరి పూటకు గచ్చకాయంత పుచ్చుకొనవలెను.

4. గంధకము, కొండము మైలతుత్తమును వెన్నలో కలిపి పుండ్రుకు పూయవలెను.

5. పసుపు, పోవచెక్కలపొడి, తెల్ల కాను వీటిని నూరి కురుపులపైన చల్లుచండవలెను.

సుఖప్రసవము

1. పిప్పళ్ళు, పస నీటితో నూరి భగమునకు లేపన మొనర్చిన సుఖ ప్రసవ మగును. “ఆ నూరినదానిలో ఆము డమును కలిపి బొడ్డుపై లేపన మొనర్చిన కడు ప్రమాదస్థితిలో నుండు స్త్రీకూడ ప్రసవించును”. వీటిని వేరు వేరు గ జేయనగును.

2. మాదీఫలపు వేరు, అతి మధురము, వీటి చూర్ణమును నేతిలో కలిపి త్రాగిన స్త్రీ సుఖముగా ప్రసవించును.

3. ఉత్తరేణి వేరును యోనియం దుంచుటచేత సుఖ ప్రసవ మగుదురు.

4. కొంతి, వెల్లులి నూరి నీళ్ళతో లోవలికి పుచ్చు కొనిన యెడల చచ్చిన పిండమైనను వెలికి వచ్చును.

5. పత్తి ఆకు రసము, పాలతో కలిపి పుచ్చుకొన వలెను.

సన్నిపాత జ్వరములు, సంది

1. ఆముడపు గింజల పప్పు, యింగువ సమంచేసి నిమ్మ రసంతో మర్దించి కళ్ళనుంచేది.

సూతిక

1. కిప్పతీగ, శొంఠి, ములుగోరింట, వావిలి, లవంగ పట్ల వీటి కషాయమును త్రాగించిన, తక్షణమే సూతికా రోగము హరించును.

2. ముషిణి గింజలను వేయించి పొడిచేసి కొంచెము మిరియపుపొడి, కరక్కాయ పొడివి కలిపి తేనెతో యిచ్చేది.

3. గోరోజనము కొంచెము ఆముడములో కలిపి ప్రతిరోజును యివ్వవలెను.

4. ఆముడపు గింజలను గుడ్డతో మాటగట్టి పొత్తికడుపు కాచవలెను,

5. నీలివేళ్లు, దాచినచెక్క, తుంగముస్తలు, చిత్ర మూలము తులము చొప్పున ఏబయి తులముల నీళ్లలో వేసి యెనిమిదవ వంతుకు మరగనిచ్చి, రోజూ నుప్పొద్దూ యివ్వ వలెను.

సంతాన నిరోధము

1. పచ్చి తమలపాకులు వట్టివి మిరియాలతో తిను చండిన గర్భము గలుగదు. ఆరాత్రికూడి తినవలెను.

2. తమలపాకు రసమును ఆ సమయమున యోనిలో పోసిన గర్భము నిలవదు, కాదు.

సమస్త విషములు

(లోనికి తీసిన క్షువుల విషము.)

1. వచ్చిపనుపు చూర్ణమును గోమూత్రముతోగాని, పాత నేయితోగాని కలిపి త్రాగవలయును. (ఆవనూనె పప్పు దినుసులు మొదలగునవి కొంతకాలము వర్జితం)

2. పంచదార నీళ్ళను తరుచు త్రాగుచుండవలెను.

సాలెపురుగు కాటు

1. పనుపును చన్నీళ్లతో నూరి మర్దన చేయవలెను.

స్త్రీ సంగమ దోషము

1. మిరియాలను నల్లి నెత్తురును తమలపాకు రసముతో వర్దించి కలికము చేసిన సంగమ దోషము హరించును

2. వాముపొట్టు, వెల్లుల్లి, పెలిగారము, తమలపాకులు, ఇంగువ, ములగ మొగ్గలు, కుంకుమ, పోక చెక్కలు వీనిని సమ అంశములుగ జిల్లేడువేరు రసమున మర్దించి మూడుచిన్నముల యెత్తు మాత్రముచేసి పూటకొకటి చొప్పున సేవించిన దారుణ వగు సంగమదోషము హరించును. (ధన్వంతరి)

క్షయ

1. ఉసిరికాయల పురుగును వాడుచుండవలెను. ఎండించిన చూర్ణమును తేనెతో కలిపి లోవలికి పుచ్చుకొనవలెను.

2. యష్టిమధుకము చూర్ణమును నాలుగు చిన్నముల యెత్తు చొప్పున రోజుకు రెండుపూటల పుచ్చుకొని ఆవుపాలు త్రాగుచుండిన యెడల క్షయ తగ్గిపోవును.

3. కేపనూ నెన్నుపైన గ్రాయుచు, లోకి 20 చుక్కలు మొదలు 60 చుక్కలవరకు పంచదారపై వేసి, రోజుకి రెండు పూటలా వుచ్చుకొనవలెను. వప్పదిరుసులు వ్రజ్జం.

4. వేపచెట్టుక్రింద కాపురముండి, కేపసంబంధ మెక్కువగ వాడవలెను. ఇటు 12 సవత్సరములు చేసిన మొటువంటి మొండికుమ్మకూడ నివ్వర్తించును.

5. ముదురు వేపచెట్టు వగిలి కారు సొనను వ్రతిరోజును వుచ్చుకొనుచుండవలెను.

6. చక్కరికేళీ అరటి వండు బాగుగా వండినది తొక్కతో తినవలెను.

7. ఆవుపాలు 40 తులములు, నువ్వులనూనె 10 తులములు, యష్టివధుము 1 తులము యివి కలిపి, తైలపాకము కాచి, పూటకు మాడుతుములు ముప్పొద్దూ యివ్వవలెను. తైలమును అవ్వడప్పుడు మెక్కులో వేసి పీల్చుచుండవలెను.

8. తిప్పతీగ కషాయము రెండు పూటల యివ్వవలెను.

9. ఆవుపాలు కాచి, అందులో మిరియపు చూర్ణము వేసి, రాత్రి పరుండనపుడు దాహము యివ్వవలయును.

10. వ్రతిరోజు ప్రాతఃకాలమునను అవు పాలతో ఒకటి మొదలు కొన్నిగుడ్లువరకు వుచ్చుకొని చిన్న జీవసాధన వ్యాయామమును చేయవలయును.

11. కొబ్బరినూనెను నఖ, శిఖ పర్యంతము నట్టిచి మొదల వుండవలెను. తరువాత కుంకుడుకాయతో గాని, శీకాయతోగాని కొద్దిపాటి వేడి లేక శీతలోదమును దేశకాల పరిస్థితులనుబట్టి స్నానము చేయవలెను.



మనసు ఫౌండేషన్ పుస్తకాల పరిశీలనావట్టిక

పుస్తకం పంఖ్య	TPLA110B104
పుస్తకం పేరు	తెలుగు గద్ద
తారీఖు	26/10/24
ముందు అచ్చ	NO
వెనుక అచ్చ	NO
మొత్తం పేజీలు	125
పెద్ద సైజు పేజీలు	NO
ఖాళీ పేజీలు	2B
లేని పేజీలు	NO
తయారు చేసినది	Ch. Ramya
పేజీలు విడదీసినది	Thasini
హ్యాన్ చేసినది	Mounika
పరీక్ష చేసినది	hema
పేజీలు పరిశీలించినది	
లైబ్రరీంగు చేసినది	
ప్యాకింగు చేసినది	
పరిస్థితి	Good